
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM DESENVOLVIMENTO HUMANO E
TECNOLOGIAS**

LESÕES EM ATLETAS DE VOLEIBOL: UMA ANÁLISE DA MOTIVAÇÃO

LUCIANA BOTELHO RIBEIRO

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Desenvolvimento Humano e Tecnologias.

Fevereiro – 2014



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
“JÚLIO DE MESQUITA FILHO”
INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS – RIO CLARO



Luciana Botelho Ribeiro

LESÕES EM ATLETAS DE VOLEIBOL: UMA ANÁLISE DA MOTIVAÇÃO

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Campus de Rio Claro - SP, Universidade Estadual Paulista, como requisito para obtenção de título de Mestre em Desenvolvimento Humano e Tecnologias.

Orientador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

RIO CLARO
2014

796.01 Ribeiro, Luciana Botelho
R484L Lesões em atletas de voleibol: uma análise da motivação /
Luciana Botelho Ribeiro. - Rio Claro, 2014
65 f. : il., figs., gráfs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista,
Instituto de Biociências de Rio Claro
Orientador: Afonso Antonio Machado

1. Esportes - Aspectos psicológicos. 2. Método misto. 3.
Tecnologias. 4. Lesões físicas. 5. Psicologia do esporte. I.
Título.

Quem elegeu a busca, não pode recusar a travessia...
(Guimarães Rosa)

RESUMO

A motivação pode ser considerada uma importante variável a ser estudada na área da Psicologia do Esporte, uma vez que esta influencia o indivíduo de diversas maneiras, tanto na sua vida pessoal, quanto no seu desempenho esportivo. Pensando em esporte, o atleta apresenta grande vulnerabilidade necessitando de um preparo físico e psicológico equilibrado. As lesões são fatores constantes e influentes no esporte podendo levar o atleta a abandonar a carreira. O objetivo desse estudo foi investigar a motivação de atletas de voleibol pós-lesionados de voleibol para voltarem a jogar. Foi realizada uma pesquisa netnográfica com 32 atletas de voleibol acima de 18 anos, com qualquer tipo de lesão que responderam o Inventário de Motivação para Prática de Atividade Física (IMPRAF 54). Foi realizado um método misto explanatório dos dados. Os resultados obtidos pelos atletas nas escalas demonstraram que estes estão mais motivados na dimensão prazer e saúde, tendo como hipótese por estes atletas estarem ou terem sofrido alguma lesão e terem maior interesse e preocupação com essas variáveis no momento. Quando as dimensões foram avaliadas separadamente, os itens variaram um pouco em cada dimensão. No grupo focal via Facebook, percebemos a importância do autoconhecimento e autorreflexão dos indivíduos e do trabalho em grupo. Podemos concluir que os atletas lesionados apresentam autoconceitos que foram construídos e assim dão valores as variáveis psicológicas, no presente estudo a motivação, de acordo com o que foi construído e vivenciado durante toda sua vida. No caso, os atletas apresentaram características semelhantes a outros estudos realizados e mesmo inseridos no contexto esportivo não estão preocupados em competir, podendo considerar a faixa etária que estes indivíduos se encontravam, a competição não ser uma variável motivacional tão significativa.

Palavras-Chave: Método misto. Tecnologias. Motivação. Lesões. Atletas.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 OBJETIVO	7
3 JUSTIFICATIVA.....	8
4 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	9
5 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	18
5.1 Natureza do estudo	18
5.2 Sujeitos	20
5.3 Instrumentos.....	21
5.4 Procedimentos	22
6 RESULTADOS.....	31
6.1 Resultados e análises quantitativas dos dados	31
6.1.1 Resultados quantitativos nas dimensões	31
6.1.2 Resultados quantitativos na dimensão controle de estresse	33
6.1.3 Resultados quantitativos na dimensão saúde.....	34
6.1.4 Resultados quantitativos na dimensão sociabilidade	35
6.1.5 Resultados quantitativos na dimensão competitividade.....	36
6.1.6 Resultados quantitativos na dimensão estética.....	37
6.1.7 Resultados quantitativos na dimensão prazer	38
6.2 Resultados e análises qualitativas dos dados	39
7 DISCUSSÃO	48
8 CONCLUSÃO	51
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	53
ANEXOS	59

1 INTRODUÇÃO

Com o avanço e espetacularização do esporte por todo o mundo através da inserção das tecnologias nos treinamentos e competições, por exemplo, o aumento do sedentarismo, o maior número de lesões ou menor número de lesões devido ao a evolução e auxílio da tecnologia??, as novas adaptações e mudanças de regras entre outros, vemos a necessidade de investigar os fatores que influenciam os indivíduos/atletas que praticam as modalidades esportivas, e assim poderemos traçar metas de atuação nas equipes e obtermos resultados favoráveis.

Alguns estudos são realizados com o intuito de esclarecer as dúvidas e aprofundar nos problemas psicológicos que as equipes encontram em seus clubes e, ainda, individualmente como esse atleta se encontra psicologicamente em sua vida pessoal. Assim, diversas variáveis podem ser investigadas e estudadas na Psicologia do Esporte, apresentando cada uma seu grau de importância.

Os psicólogos do esporte devem estar sempre atentos às várias interferências e alterações que acontecem na vida dos atletas e nas equipes, tendo em vista que estas podem promover mudanças no nível de motivação para a prática esportiva.

A motivação pode ser considerada uma importante variável a ser estudada na área da Psicologia do Esporte, uma vez que esta influencia o indivíduo de diversas maneiras, tanto na sua vida pessoal, quanto no seu desempenho esportivo.

Descobertas sobre orientações de motivação intrínseca e extrínseca podem ser consideradas alternativas promissoras para alcançar um envolvimento do indivíduo em determinadas atividades específicas e com isso várias teorias surgiram para esclarecer os fatores determinantes no contexto motivacional (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

De acordo com Machado e Brandão (2006), pensando no esporte, deve-se abrir um campo de compreensão de todas as fases de comportamento do ser humano diante das mais diversas situações encontradas no contexto esportivo. Ao estar inserido nesse meio esportivo, relações são postas entre técnicos, competidores e torcida, nas quais estes passam por tipos e variações de

sentimentos, sendo estes positivos e negativos. Lembrando que cada modalidade esportiva apresenta suas características e individualidades específicas.

O atleta apresenta constantemente uma grande vulnerabilidade em situações no esporte e com isso precisa ter um preparo físico e psicológico equilibrado. Quando este não se adapta ou não consegue um equilíbrio perante os problemas começam a surgir diversas alterações e uma delas é a lesão esportiva (MACHADO; BRANDÃO, 2006).

As lesões são fatores influentes no esporte podendo levar o atleta a abandonar a sua rotina diária, e com isso trás diversos outros fatores desfavoráveis junto a essa lesão. É sabido que as causas das lesões são diversas e podem acontecer de diferentes intensidades e variações, e que o momento e a causa da lesão são fatores que exercem influência significativa em sua recuperação (BUENO; BUCETA, 1995).

A caracterização e período de recuperação da lesão devem ser considerados no contexto do atleta e dos profissionais que o acompanham na equipe, porque esse é um fator importante que influencia no aspecto motivacional e que será o foco de estudo dessa pesquisa. Situação na qual o atleta que tenha sofrido lesão sugere-se que este se sinta menos motivado a voltar as quadras se não tiver um acompanhamento adequado desde o início da lesão.

Outro fator importante é a decorrência das lesões que variam e dependem de uma série de fatores como a modalidade esportiva, o tempo de prática esportiva, o nível de competição do atleta, o tempo de recuperação e treinamento, entre outros fatores. Sabe-se que a lesão esportiva é comum, porém esta, quando bem acompanhada de profissionais adequados, é favorecida com um bom prognóstico, ou seja, um bom resultado no tratamento (BUCETA; BUENO, 1995).

2 OBJETIVO

Este estudo teve como objetivo investigar a motivação de atletas de voleibol a voltarem a praticar a modalidade após terem sofrido algum tipo de lesão.

3 JUSTIFICATIVA

Como o esporte constantemente passa por oscilações, ou seja, situações inconstantes de um jogador estar jogando bem, tendo sucesso ou não e em pouco tempo não ser mais convocado para os jogos, os atletas são vulneráveis a instabilidades físicas e psicológicas, e com isso, vemos a necessidade de estudar a fundo um dos fatores que interferem no indivíduo e na sua equipe durante treinos e campeonatos, no caso a motivação.

O estudo da motivação é importante, por levar em conta os aspectos individuais dos atletas na prática esportiva, assim, alguns indivíduos conseguem se adaptar aos treinamentos e cargas de treinamento constantemente. Sabemos, assim, que a motivação influencia no resultado do atleta de forma positiva ou negativa, levando este a jogar bem ou mal, variando de acordo com cada indivíduo, que reagem de acordo com sua personalidade, autonomia e situações já vivenciadas.

Sabemos que vários são os fatores que interferem no atleta, mas nesse estudo, justificamos o trabalho ao investigar a motivação dos atletas que sofreram algum tipo de lesão, sendo uma variável psicológica muito importante a ser trabalhada, e do fator psicológico equilibrado hoje no contexto esportivo está sendo o diferencial entre os atletas e suas equipes.

Utilizaremos as novas tecnologias que nos oferecem uma oportunidade a mais de pesquisa, coleta de dados e intervenção, e poderemos repassar os conhecimentos e resultados coletados em nossos estudos às equipes e aos atletas, de maneira que estes possam reprogramar treinos e adequar os acompanhamentos necessários.

4 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A motivação é uma variável utilizada para compreender o processo que coordena e dirige a intensidade e direção dos esforços dos seres humanos, sendo de grande importância para que técnicos e dirigentes esportivos reconheçam os fatores influentes no processo motivacional de seus atletas (WEINBERG; GOULD, 2001).

Sendo a motivação um fator determinante no contexto do atleta, várias teorias sobre motivação foram surgindo e sendo estudadas. A primeira foi a Teoria da necessidade de realização por McClelland (1961) e Atkinson (1974), levando em conta os fatores pessoais, individuais e situacionais. Essa teoria busca o sucesso e a motivação evitando o fracasso, desencadeando reações emocionais positivas e negativas com êxito ou fracasso (WEINBERG; GOULD, 2001; ZANETTI; LAVOURA; MACHADO, 2008).

Temos a teoria apresentada por Bandura (1990, 1993, 1995), que corresponde as crenças e julgamentos pessoais que o sujeito tem de si mesmo e do que é capaz de realizar.

Outra teoria da motivação corresponde a percepção de competência pessoal por Harter (1978), descreve a percepção que os indivíduos possuem de suas competências, no qual interfere no indivíduo levando ao sucesso ou insucesso nas atividades.

Um modelo teórico da motivação é o correspondente a teoria dos objetivos de realização por Nicholls (1984), Dweck (1986) e Ames (1992), onde há importância dos objetivos no esporte e estes são potenciais fontes de motivação.

A teoria do compromisso ou comprometimento com o esporte proposta por Scanlan et al., (1993) onde o importante é saber o motivo ou fatores que explicam o compromisso das pessoas com a prática de esportes.

Há também a teoria das atribuições causais por Fonseca (1996), onde é expressa por julgamentos, causas e maneiras que os atletas explicam os seus resultados esportivos de sucesso e fracasso.

E por último, a motivação também faz parte de um contexto da Teoria da Autodeterminação de Deci e Ryan (1985), sendo esta muito utilizada e aceita por diversas áreas como educação, saúde, administração de empresas, ambientalismo, religião e política, entre outras. De acordo com essa teoria, o indivíduo pode se sentir motivado de diversas maneiras sendo elas intrínseca ou extrínseca, e ainda pode se sentir amotivado a determinadas situações, ou seja, não apresentar motivação alguma em realizar determinada atividade (BALBINOTTI; CAPOZZOLI, 2008; BALBINOTTI et al., 2011).

A base da teoria da autodeterminação é a concepção de que o ser humano é ativo e dirigido para crescer e desenvolver no sentido do *self* para integrar com o meio e suas estruturas (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

De acordo com a teoria da autodeterminação o indivíduo depende de três fatores sociais para motivá-lo: a autonomia, interação com o ambiente social e a competência que este indivíduo acredita ter para realizar a atividade (CALVO et al., 2010).

Com a intenção de compreender o caminho do comportamento motivado, a Teoria da Autodeterminação impõe algumas necessidades psicológicas básicas e inatas do ser humano, sendo estas, necessárias para um melhor relacionamento efetivo e saudável interagindo com o ambiente, com um indivíduo satisfeito, com bem estar e satisfação pessoal (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

As pessoas em condições saudáveis apresentam um nível motivacional considerado natural (motivado), porém são necessárias determinadas condições para a manutenção deste comportamento. Assim, a teoria da autodeterminação vai procurar explicar se esse comportamento se mantém ou modifica, assim como os fatores da personalidade que podem influenciar diretamente na motivação (BALBINOTTI et al., 2012).

De acordo com Blanchard et al., (2008) a motivação influencia tanto de forma positiva como negativa no indivíduo, levando-o a procurar ou não se inserir e realizar determinadas atividades.

A motivação intrínseca é um fator que interfere que o indivíduo procure, permaneça ou não em qualquer atividade, seja física, intelectual ou qualquer outra. Esta motivação pode variar de acordo com as situações que o indivíduo já vivenciou e o quanto ele se envolve nessas situações (FERNANDES; VASCONCELOS-RAPOSO, 2005).

A forma mais autodeterminada da regulação externa do comportamento é a motivação extrínseca. O indivíduo deve saber lidar com estas interferências que acontecem constantemente no seu cotidiano, uma vez que elas darão vazão aos comportamentos observáveis e socialmente praticados, em grupos, e em ações individuais ou qualquer manifestação (CALVO et al., 2010).

A motivação intrínseca é influenciada por situações e experiências já vivenciadas e ainda pelo estado emocional que o indivíduo se encontra. Já a motivação extrínseca é influenciada por fatores externos na realização de suas atividades. Existem também indivíduos amotivados, no qual não existe nenhum tipo de motivação que influencia este indivíduo a procurar fazer determinadas atividades (BLANCHARD, 2008; CALVO et al., 2010).

Corroborando, Fernandes e Vasconcelos-Raposo (2005) afirmam que a motivação intrínseca influencia o indivíduo em todo o processo de aprendizagem, empenho, esforço e persistência. Assim os indivíduos se sentem motivados intrinsecamente quando se sentem capazes de realizar determinadas tarefas alcançando seus objetivos. Já a motivação extrínseca o indivíduo é influenciado por fatores externos que o motivam e como resultado necessitam apresentar resultados e se superar sempre. No caso do indivíduo amotivado, este não terá vontade e não se sentirá motivado a procurar se engajar em qualquer atividade física, nenhum fator o influencia.

Algumas ressalvas devem ser feitas de acordo com as divisões e suas definições da motivação, porque a motivação extrínseca pode não ser só um comportamento negativo. Esses motivos podem até possuir determinados graus de autonomia, porém fatores intrínsecos são exclusivamente autodetermináveis (BALBINOTTI; BARBOSA, 2008).

Com todas essas teorias da motivação não podemos deixar de pensar em outros fatores externos importantes que exercem grandes influencias nos atletas como a família, amigos, técnicos, torcida e outros atletas. Sabendo disso, alguns autores consideram o técnico um dos principais fatores externos influentes na motivação, porque conduz todo o processo dos atletas, orienta suas metas, ajuda a persistir (incentivar), e por fim tentarão um máximo desempenho obtendo o melhor resultado (ZANETTI; LAVOURA; MACHADO, 2008).

No esporte, estão presentes elevados níveis emocionais e com isso despertando diversos tipos de sentimentos. Uma situação comum no esporte pode ser enfrentada de maneiras diferentes por cada indivíduo, isso faz parte das especificidades de cada pessoa (MACHADO; BRANDÃO, 2006).

Estudos realizados com o intuito de evidenciar as lesões ocorridas no esporte, no caso o voleibol, evidenciam um maior número de lesões acontecendo devido à sobrecarga de treinamentos, levando atletas a não apresentarem bom desempenho durante as competições (RIBEIRO, 2007).

O agente estressor é um fator importante a se considerar num programa de treinamento de um atleta, porque é ele que sofrerá influência na síndrome de adaptação geral proposta por Selye (1985). Na fase inicial ou fase 1 o indivíduo passa por uma reação de alarme, respondendo ao agente estressor, na fase 2 ou estágio de resistência o organismo entra em equilíbrio com o estresse provocado pelo nosso organismo, e por fim na última fase, a fase 3, acontece a exaustão quando o estresse crônico se torna intolerável, podendo o organismo se adaptar ou não a essa situação (GONÇALVES et al., 1997).

Muitos estudos são realizados com o intuito de evidenciar as lesões que ocorrem no esporte, mas muitos são os termos e focos de pesquisas, dificultando um pouco a realização de estudos para comparação de dados (RIBEIRO, 2007).

Ao falar em definição de lesões, vários são os enfoques os pontos de vista dos profissionais e pesquisadores. Existiam lesões consideradas mais leves e moderadas que não eram constatadas ou diagnosticadas, apenas as lesões que

passavam pelo departamento médico e/ou hospitalização que eram apresentadas no quadro de lesões esportivas (RIBEIRO; COSTA, 2006).

Ribeiro e Costa (2006), afirmam que em estudos recentes ao ano da pesquisa realizada por eles, as lesões eram definidas em consequência do tempo de afastamento dos jogos e treinos. Assim a lesão dependia da frequência dos atletas em treinos e jogos, da participação destes nos treinamentos modificados ou não devido a lesão, a disponibilidade de tratamento adequado e a importância do jogo para o atleta.

As lesões esportivas podem ser definidas como acidentes de trabalho que vem como consequência da atividade esportiva. Assim não só atletas, mas qualquer pessoa que pratique atividade física almejando alcançar um objetivo está sujeito a sofrer lesões (BUCETA; BUENO, 1995).

Veloso e Pires (2007), afirmam que as causas das lesões podem ser classificadas como primárias ou secundárias. As causas primárias são as causas imediatas das lesões, classificadas como fisiológicas, sendo elas a fratura, o rompimento de tendão, a distensão entre outros e as causas secundárias das lesões são as causas psicológicas como apatia, depressão, tristeza, desânimo e que vão acontecendo com o tempo e se agravando no decorrer da lesão.

Ao falar em fatores físicos como principal causa das lesões, não podemos esquecer os fatores psicológicos, que também desempenham um papel importante na vulnerabilidade dos atletas às lesões. De acordo com Hardy; Weinberg; Gould (2001 apud BRANDÃO; MACHADO, 2008), várias são as fontes de estresse psicológico que incluem o medo e o fracasso, o excesso de competições, um treinamento que não seja adaptado ao atleta, o ambiente negativo de trabalho, a filosofia do treinador, as cobranças de resultados e o autocontrole.

No viés do local de acometimento da lesão, Buceta e Bueno (1995) afirmam que este pode variar de acordo com o contexto que o indivíduo está inserido ou a modalidade esportiva que pratica. As lesões ainda apresentam vários níveis de gravidade sendo estes leves, moderados, graves, graves crônicas e graves incapacitantes.

Até o nível grave da lesão o indivíduo não apresenta incapacidade em retornar as suas atividades, mas no nível grave crônico e grave incapacitante sim, ele pode até a não voltar praticar atividades que fazia antes da lesão devido a todas as incapacidades e limitações da lesão (BUCETA; BUENO, 1995).

Vários fatores elevam a vulnerabilidade a lesões como a debilidade do sistema imunitário, desvio do nível de atenção, cansaço e esgotamento, atitudes agressivas e situações de fuga (BUCETA; BUENO, 1995; BRANDÃO; MACHADO, 2008).

A carga de treinamento exerce grande influencia nos estados emocionais dos atletas, quando esta carga está alta demais os atletas apresentam descompensações consideráveis na capacidade de concentração, diminuição da atenção, queda do tempo de reação, alterações no seu estado subjetivo, alterações de humor e imunológicas. Essas modificações podem gerar uma quantidade de enfermidades levando a quadros de lesões esportivas e quadros de depressão e ansiedade (REBUSTINI et al., 2005).

Existem duas teorias que explicam as respostas psicológicas que os indivíduos apresentam às lesões e ao processo de recuperação do atleta lesionado. A primeira é conhecida como Modelo dos 5 estágios da Lesão, proposta por Rotella (1982 apud BRANDÃO; MACHADO, 2008). Para ele as respostas psicológicas do atleta às lesões passam por etapas características: negação da lesão (não aceitar que está lesionado); raiva (não entender o porquê de ser ele que está lesionado), a “barganha” da lesão (se recuperar, treinarei com máximo de intensidade), depressão e por fim a aceitação da lesão.

Mas de acordo com Brandão e Machado (2008), esse modelo proposto foi criticado, porque cada desportista reage de uma forma ao trauma e cada trauma promove diferentes manifestações físicas e psicológicas no atleta, estes não acometem o mesmo lugar, não acontecem na mesma sequência e não são organizados. O impacto das lesões não depende só dos fatores citados acima, mas também da etiologia da lesão, dos fatores situacionais e pessoais, e assim indicam que as reações psicológicas são individuais e únicas.

Com todas as críticas existentes a esse modelo, o Modelo de Avaliação Cognitiva tem sido mais utilizado para explicar reações psicológicas à lesão e ao processo de reabilitação, porque diante de um trauma/lesão, o atleta faz sua avaliação cognitiva da situação de ameaça ou não, se baseando na percepção da gravidade da lesão e das possibilidades de recuperação. O resultado direto da que o atleta faz, apresenta uma reação emocional perante o seu processo de reabilitação, adesão ao tratamento e a determinação deste atleta para cumprir o processo de reabilitação fisioterápica. Assim esse modelo indica um melhor entendimento das reações psicológicas às lesões dos atletas, porque leva em consideração as individualidades, os processos cognitivos e afetivos e ainda permite a entrada novamente do desportista no processo, influenciando sua percepção e resposta emocional (BRANDÃO; MACHADO, 2008).

Smith (1986) propôs um Modelo de Estresse e Lesão Esportiva, revisado por William e Anderson (1998 apud BRANDÃO; MACHADO, 2008), que mostra as situações estressantes percebidas e avaliadas pelos atletas. Estas por sua vez, são o reflexo de características da personalidade (alta ansiedade-traço enxergam as situações estressoras, predispondo a uma lesão), das experiências anteriores com situações parecidas de atletas que passaram pela mesma situação sem reabilitação adequada ou os que estão prontos e reabilitados corretamente, mas não estão com o psicológico preparado para volta e os recursos de enfrentamento que este usa para lidar com o agente estressor.

Autores como Maddison e Prapavessis (2007 apud BRANDÃO; MACHADO, 2008) ainda afirmam que existem três fatores como personalidade, experiências anteriores e recursos de enfrentamento que atuam na determinação da resposta ao estresse, vindo separadamente ou em conjunto. Esse modelo também sugere, que as lesões, a sua incidência, o seu tipo, a sua intensidade e a sua resposta podem ser parte que dependem ou não dos fatores psicossociais. Podemos exemplificar essa situação de estresse na vida de um atleta, quando este está constantemente vulnerável a situações de estresse e apresenta altas características de competitividade na sua personalidade, o que leva o indivíduo a apresentar alta reatividade a situações de estresse, conseqüentemente, este se torna mais vulnerável as lesões.

Outro fator importante também a considerar pelos autores citados nos parágrafo anterior é a história pregressa do atleta, caracterizando histórico de lesões, os traços de ansiedade do atleta, o suporte social, a autoconfiança, as crenças e atitudes, a motivação, o estilo de vida, a prevenção quanto aos hábitos alimentares e à prática de esportes.

Ao final desse modelo de Williams e Anderson (1998), o processo de intervenção e prevenção de lesões causadas pelo estresse, deve estar focado em dois aspectos básicos fundamentais: alterar a avaliação cognitiva a eventos estressores em potencial e promover uma mudança da resposta fisiológica e do foco de atenção e concentração diante de situações de estresse.

A personalidade, experiências subjetivas e recursos de enfrentamentos operam na determinação da resposta ao estresse sofrido, podendo vir associados ou separadamente. Além disso, esse modelo sugere que o tipo, a intensidade e a resposta às lesões dependem das variáveis psicossociais. Um exemplo de fonte de estresse da vida cotidiana, são indivíduos com poucos recursos para saber lidar nessas situações, com características de alta competição na personalidade, demonstram uma reação significativa ao estresse, o tornando mais vulnerável as lesões Maddison e Prapavessis (2007 apud BRANDÃO e MACHADO, 2008).

Diversas são as lesões encontradas nos atletas de voleibol como entorses de tornozelo, tendinites em ombro e joelho, lombalgias entre outras. Uma das causas dessas lesões acontece inicialmente por descompensações musculares e aumento do estresse durante temporadas de treinamentos mais intensos e jogos (BUCETA; BUENO, 1995).

Os tratamentos das lesões precisam de um acompanhamento de uma equipe interdisciplinar de médicos, fisioterapeutas, psicólogos e educadores físicos, nos quais farão suas intervenções no momento adequado e planejarão o momento certo de retorno ou não desse indivíduo a suas atividades cotidianas o mais rápido possível (BUCETA; BUENO, 1995; SAKAMOTO, 2008).

Desde o surgimento da lesão o atleta passa por várias fases emocionais sendo estas: a negação, situação na qual ele não aceita e não acredita que

aconteceu a lesão com ele, a raiva que o torna agressivo, na negociação ele busca negociar consigo mesmo tentando recuperar o mais rápido possível mascarando sua situação real, depois vem a depressão por ter incerteza de seu futuro, e ao final vem a aceitação da lesão e que precisa da reorganização para um possível retorno às atividades (VELOSO; PIRES, 2007).

O atleta passa por reações adversas quando uma lesão é instalada, a frustração e a depressão, por exemplo, são reações emocionais comuns em atletas lesionados, podendo ainda apresentar, ansiedade e queda na auto-estima (SAKAMOTO et al., 2008).

Sakamoto et al., (2008) afirmam que durante os períodos de competição há necessidade dos profissionais focarem nos fatores psicológicos, devido ao período de maior exigência física e técnica dos atletas, levando estes a desenvolverem um maior cansaço físico e mental, gerando situações de estresse, falta de interesse, queda da motivação e concentração. Consequência de todos esses aspectos pode haver um declínio do rendimento, diminuindo as expectativas dos atletas e seus treinadores, gerando situações de depressão e frustração.

Com tudo isso, percebemos que muitos são os fatores que influenciam na lesão nos atletas como a gravidade, a natureza, a duração, o tipo de tratamento, tempo de afastamento do trabalho, dano permanente ou não e o custo.

A ordem de tratamento não é específica, claro que no caso de uma intervenção cirúrgica, esta é realizada inicialmente. Mas quando o atleta sofre qualquer outro tipo de lesão que não necessite desse tipo de intervenção, a ordem de tratamento não é definida, varia de cada tratamento (BUCETA; BUENO, 1995).

5 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

5.1 Natureza do estudo

A tecnologia e as redes sociais no nosso cotidiano se tornam rotinas, nas quais fazem parte de nossa comunicação, relações pessoais, sociais, intelectuais, amorosas entre outras, acontecem nesses ambientes, tornando os indivíduos de certa maneira distantes do contato físico, da conversa pessoal (PAIXÃO et al., 2012).

Nesse contexto apresentado, vemos a importância de utilizarmos a pesquisa netnográfica devido a esse aumento das relações pessoais nesse ambiente. A cibercultura vem surgindo desde os anos 70 com a informatização da sociedade, e esta se modifica constantemente, devido as mudanças tecnológicas e as novas culturas que vão sendo inseridas nas redes (LEMOS, 2002).

Kozinets (2002, p.2) define a netnografia destacando suas abordagens:

“[...] um método de pesquisa derivado da técnica etnográfica desenvolvida no campo da antropologia e, costuma-se dizer que a netnografia tem conhecido um crescimento considerado devido à complexidade das experiências da sociedade digital. Este método é constantemente utilizado por pesquisadores das áreas da comunicação, do marketing, da antropologia e da sociologia. Nota-se que muitos *sites* descrevem netnografia como o monitoramento de comunidades *on-line* a fim de se estabelecer hábitos de consumo. Para tanto são apresentados como instrumentos de pesquisas: *cyberinterviews, e-mails, board postings, e homepages.*”

A netnografia pode ser uma pesquisa qualitativa, que obtemos informações através de sites, blogs, fóruns, e-mails de assuntos pertinentes a pesquisa de interesse. Esta pesquisa é mediada pelo computador e pode ser realizada em qualquer período de tempo que o pesquisador desejar, dependendo de sua disponibilidade para acessar o ambiente virtual e o interesse de pesquisa (FERREIRA; ARRUDA FILHO, 2012).

A etnografia e a netnografia se confundem no contexto da pesquisa, mas na etnografia o indivíduo está inserido no ambiente investigativo reunindo informações através da observação. Já na netnografia o pesquisador fará um estudo das práticas comunicacionais pelo computador. Portanto a netnografia pode ser considerada um método qualitativo ampliando seu leque epistemológico estudando as comunicações e a cibercultura (AMARAL, 2008; FERREIRA; ARRUDA FILHO, 2012).

A pesquisa netnográfica começou a surgir nas décadas de 60 e 70 a partir das comunidades virtuais que estavam surgindo. Nesse tipo de pesquisa, o pesquisador consegue estar mais imerso e por mais tempo no ambiente pesquisado, proporcionando maiores condições de avaliação dos indivíduos (AMARAL, 2008).

Esta pesquisa é considerada menos invasiva, menos dispendiosa e é possível de ser realizada em menor tempo. Pode estar permeando o ambiente virtual que o indivíduo está inserido e proporcionando que o pesquisador acompanhe o objeto pesquisado *online* e *off-line*, possibilitando assim um constante acompanhamento do indivíduo pesquisado (KOZINETS, 2010).

O ambiente virtual e as redes sociais proporcionam uma interação entre as pessoas possibilitando um maior contato através de mensagens, bate papos e exposição de situações pessoais. É um ambiente onde qualquer pessoa consegue se moldar e construir seu mundo (PESSONI, 2012).

A tecnologia possibilita um maior contato num espaço de tempo indeterminado, proporcionando um envio de mensagem com resposta imediata ou tardia, mas de qualquer maneira estas são válidas. Assim acontece a comunicação em rede, de diversas formas, em vários tempos, mas não deixando de acontecer por não existir a presença física (RECUERO, 2012).

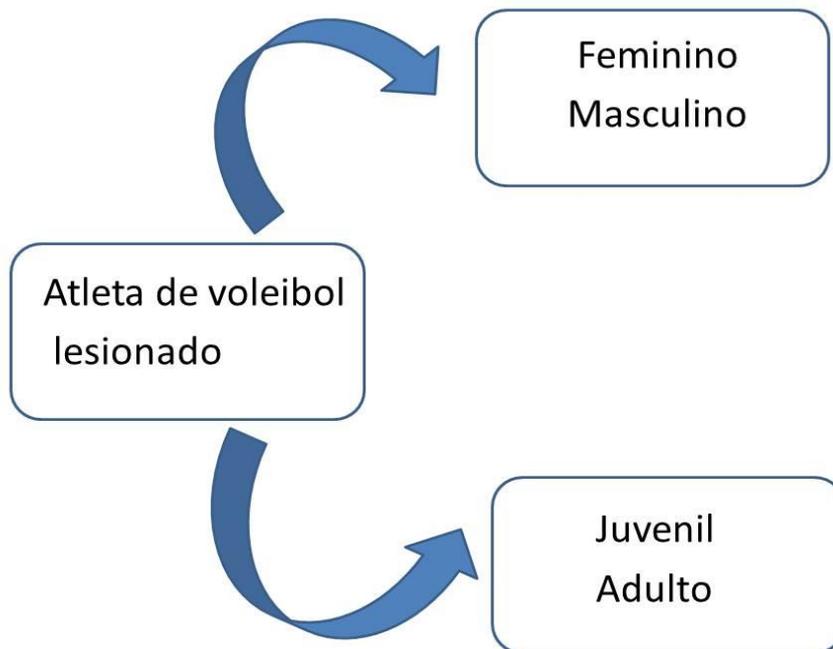
As novas tecnologias estão cada vez mais a favor das pesquisas podendo auxiliar em vários momentos, facilitando com maior agilidade e dimensão. As redes sociais podem proporcionar um maior contato, acessibilidade, organização, dinamismo e variedade com os dados e as formas de pesquisa.

Assim esta pesquisa com objetivo de facilitar o acesso aos atletas, facilitar a coleta de dados e ser realizada com um menor gasto de tempo foi realizada pela netnografia.

5.2 Sujeitos

Os sujeitos participantes desta pesquisa foram selecionados intencionalmente pelos pesquisadores e a amostra foi composta por 32 atletas amadores de voleibol das categorias juvenil e adulto, de ambos os sexos, 25 eram do sexo feminino e 7 do sexo masculino. A média de idade dos participantes foram 37,9 ($\pm 9,33$) anos do sexo feminino e 33 ($\pm 13,58$) anos do sexo masculino, os quais preencheram os critérios de inclusão da pesquisa.

Figura 1: Organograma dos sujeitos participantes da pesquisa



Os critérios de inclusão da pesquisa foram idade superior a 18 anos, ser praticante voleibol e ter sofrido algum tipo de lesão esportiva auto referida antes da

avaliação. O critério de exclusão foi quando o atleta não apresentasse mais interesse na participação na mesma.

5.3 Instrumentos

Para coleta de dados foi utilizado o Inventário de Motivação para a Prática Regular de Atividade Física – IMPRAF - 54 (BALBINOTTI; BARBOSA, 2008). O IMPRAF - 54 é um inventário que avalia a motivação em 6 dimensões associadas a prática de atividade física regular.

O instrumento contém 54 itens agrupados de seis em seis, sendo estes: controle de estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e por último o prazer. Estas escalas são distribuídas em nove blocos, sendo que este último é para verificação do grau de concordância entre a primeira e a segunda resposta relacionada ao mesmo item.

As respostas dos indivíduos ao inventário são dadas conforme uma escala do tipo Likert, graduada em 5 pontos, sendo (1) “isto me motiva pouquíssimo” o valor mínimo e (5) “isto me motiva muitíssimo” o valor máximo de resposta.

Os indivíduos podem apresentar diferentes pontuações na escala, de acordo com o seu grau de motivação. O menor valor que este indivíduo pode apresentar em cada dimensão são 8 pontos, apresentando-se pouco motivado, e o maior valor em cada dimensão são 40 pontos, quando o indivíduo se apresenta muito motivado. Assim podemos dizer que quanto maior a pontuação do indivíduo em cada dimensão, mais motivado este se apresenta.

O instrumento foi validado por Barbosa (2006); Balbinotti; Barbosa, (2008), com mais de 1300 sujeitos, de ambos os sexos e com idades variando de 13 a 83 anos, onde ficaram demonstrados os resultados obtidos a partir de cálculos de uma análise fatorial confirmatória. Como os resultados da referida pesquisa demonstraram valores muito significativos e relevantes, o IMPRAF - 54 pode ser considerado um instrumento preciso de avaliação da motivação. Para esta pesquisa o questionário foi adaptado para o *Google Drive*® e enviado aos técnicos e atletas por e-mail.

O *Google Drive*® é um serviço de armazenamento e sincronização de arquivos, que oferece a edição de documentos e apresentações. O *Google Drive*®

funciona totalmente online compondo-se de um processador de texto, um editor de apresentações, de planilhas e de formulários. Nessa ferramenta do Google podemos construir questionários e armazenar dados coletados no ambiente virtual, facilitando assim a coleta com maior agilidade, praticidade e menor gasto com material e tempo, além de um não contato físico com o indivíduo pesquisado não influenciando suas respostas. Essa ferramenta nos possibilita construção de questionários abertos e fechados, que podem ser estruturados da maneira que o pesquisador deseja adequar a sua pesquisa, por isso deve ser bem trabalhada e adequada a cada tipo de trabalho.

5.4 Procedimentos

A pesquisa adotou o método misto explanatório, com a auto - aplicação do IMPRAF-54 e uma entrevista com os atletas, analisando os itens de cada dimensão.

A pesquisadora inicialmente fez contato com os técnicos das equipes explicitando os objetivos e intenções da pesquisa esclarecendo os conteúdos a serem investigados. Ao aceitarem participar da pesquisa, os técnicos foram orientados a encaminhar o inventário aos seus atletas, que constava de explicações sobre a pesquisa e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), seguindo-se todos os procedimentos éticos exigidos pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Instituto de Biociências da UNESP- Campus de Rio Claro, sob número de protocolo 2032/13. Os participantes da pesquisa tiveram garantia de suas identidades preservadas e direito de desistirem da participação a qualquer momento.

Uma vez aplicado o inventário, os dados foram transferidos para uma planilha do Microsoft Excel® e operacionalizados no programa de estatística SPSS (versão 18). Foi feita uma análise, classificação e aprofundamento dos dados utilizando o método misto explanatório.

Inicialmente os dados foram explorados por uma abordagem quantitativa, buscando descrever alguns significados que podem ser considerados inerentes aos objetos e atos, sendo assim classificada como objetiva. Nesse tipo de abordagem a coleta de dados se realiza por meio da obtenção de respostas estruturadas e as

técnicas de análise são dedutivas e orientadas pelos resultados. Foram realizadas estatísticas descritivas de tendência geral como (média, mediana e média aparada), dispersão (desvio padrão, valores mínimo e máximo) e distribuição da amostra (assimetria e achatamento).

A análise de conteúdo surgiu nos Estados Unidos no início do século XX para analisar materiais jornalísticos, símbolos políticos, o que contribuiu se estendendo para diversas áreas. A análise de discurso pode ser qualitativa e quantitativa, existindo uma diferença entre elas, no caso a quantitativa é caracterizada pela frequência que as características se repetem. Já na abordagem qualitativa é pela presença ou ausência da característica de um conteúdo (CAREGNATO; MUTTI, 2006).

Na abordagem de Caregnato e Mutti (2006), a análise de conteúdo é uma técnica de pesquisa com foco na palavra, permitindo de forma prática e objetiva produzir inferências do que se está lendo ou avaliando para o contexto social, ou seja, o texto é um meio de expressão do sujeito.

No método de pesquisa misto, há possibilidades de pesquisar diversos elementos qualitativos e quantitativos com grandes abrangências e profundidades de entendimento e comprovação (ONWUEGBUZIE et al., 2010). O investigador coleta e analisa os dados, integra os achados e extrai inferências usando abordagens ou métodos qualitativos e quantitativos em um único estudo ou programa de investigação (TASHAKKORI; CRESWELL, 2007 apud CRESWELL; CLARK, 2013).

Creswell (2010) apresenta uma proposta de investigação que analisa os dados que tem maior peso, sendo estes quantitativos ou qualitativos. Na primeira fase é realizada uma coleta qualitativa com maior peso para esses dados, em seguida vem a coleta quantitativa, que o autor caracteriza como estudo explanatório ou vice-versa, dando maior ênfase nos estudos quantitativos, caracterizado pelo estudo exploratório sequencial.

A coleta de dados na pesquisa do tipo mista pode ocorrer de modo sequencial ou concomitante. A ênfase nos dados pode ser dada de maneira igual ou então

ênfatizar algum dado específico, isso vai variar de acordo com o estudo e seus objetivos (ONWUEGBUZIE et al., 2010).

Um pesquisador que usa a análise temática para comparação dos dados, estará objetivando uma triangulação dos dados, comparando resultados a partir de dados quantitativos com análises qualitativas, na busca de convergência nos resultados (ONWUEGBUZIE et al., 2010).

De acordo com Onwuegbuzie et al., (2010) a análise de cruzamento dos dados deve ser realizada utilizando diversas técnicas como a redução da dimensão dos dados qualitativos, a apresentação dos dados qualitativos e quantitativos, a transformação dos dados ou seja, dados quantitativos que podem ser transformados em qualitativos para serem analisados e vice-versa, a correlação dos dados, a consolidação dos dados, a comparação dos dados, a integração dos dados, a análise de afirmação e a importação dos dados. Este tipo de análise de cruzamento envolve a intersubjetividade, onde a realidade é construída através das análises interpretadas dos dados, variando por diversos pontos de vista.

Creswell e Clark (2013) justificam que a utilização do método deve ser a partir de fonte de dados que são insuficientes, resultados que precisam ser explicados, a necessidade de um segundo método para melhorar o primeiro e um objetivo geral da pesquisa pode ser mais bem tratado com fases ou projetos múltiplos. Diante dos resultados iniciais, pode surgir a necessidade de uma nova explicação, por exemplo, quando se tem a intenção de fazer uma pesquisa qualitativa, após a coleta e análise dos dados, tenha necessidade também de uma análise quantitativa.

É um novo método na área da pesquisa que vem surgindo e se popularizando, a partir da metade da década de 90, porém muitos pesquisadores não tem o costume de misturar os dois tipos de abordagem de maneira adequada, mas este método supre maiores necessidades de atender os resultados por possibilitar uma análise mais completa dos dados (ONWUEGBUZIE; TURNER, 2007; ONWUEGBUZIE et al., 2010; FAKIS et al., 2013).

Este método misto é muito utilizado e vem crescendo na área médica, psicológica e das ciências sociais para descrever uma maneira de aproximação

entre as pesquisas qualitativas e quantitativas, quanto aos conceitos, métodos e técnicas da pesquisa (FAKIS et al., 2013).

Creswell (2010) afirma que esse tipo de pesquisa pretende dar voz ao sujeito que foi investigado, elevando seu potencial crítico contribuindo com mudanças que tenham impacto na melhoria da vida destes.

Justificativas que sustentam o método misto são o enriquecimento participante otimizando a amostra, o instrumento de fidelidade que deve estar adequado ao instrumento utilizado para avaliação, seja ela quantitativa ou qualitativa, a integridade de tratamento dos dados adequando os programas estatísticos que serão utilizados para esta análise e por fim a valorização de significância onde se associam as técnicas potencializando a interpretação dos dados (ONWUEGBUZIE et al., 2010).

Várias razões práticas para utilização do método misto são dadas por Bryman (2006 apud CRESWELL e CLARK, 2013) baseadas nas práticas pesquisadas:

- a triangulação ou maior validade
- a compensação;
- a completude;
- o processo;
- as questões de pesquisa diferentes;
- a explanação;
- os resultados inesperados;
- o desenvolvimento do instrumento;
- a amostragem;
- a credibilidade;
- o contexto;
- a ilustração;

- a utilidade ou melhoria da utilidade dos achados;
- a confirmação e descoberta;
- a diversidade dos pontos de vista;
- a melhoria ou a construção sobre achados quantitativos e qualitativos.

Pouca atenção dos pesquisadores tem sido dada na fidelização do instrumento, porque os estudiosos ainda desenvolvem instrumentos dentro da tradição metodológica, onde um questionário qualitativo é apropriado só para pesquisa qualitativa e um questionário quantitativo só para pesquisa quantitativa. Mas as técnicas qualitativas podem ser utilizadas para melhorar a pesquisa quantitativa e vice-versa. Assim, percebemos a necessidade de mais estudos utilizando a associação dos métodos qualitativos e quantitativos (ONWUEGBUZIE et al., 2010).

O método misto utilizado no presente estudo foi o sequencial explanatório, que ocorreu em duas fases distintas. Esse método iniciou com a coleta e análise de dados quantitativos, que teve como prioridade tratar as questões do estudo. Em seguida, houve a coleta e análise dos dados qualitativos para acompanhar os dados quantitativos. Os resultados qualitativos ajudaram a explicar os resultados quantitativos obtidos anteriormente de maneira aprofundada (CRESWELL; CLARK, 2013).

O método explanatório tem utilidade quando o pesquisador tem a intenção de avaliar tendências e relacionamentos junto aos dados quantitativos, mas também ter a capacidade de explicar o porquê deste fenômeno acontecer (CRESWELL; CLARK, 2013).

Como o estudo envolveu a perspectiva cultural, e teve orientação netnográfica, os dados revelados possibilitaram que emergissem diferentes pontos de vista sobre o tema, a fim de apreender as singularidades das visões de mundo. Assim, dentro da possibilidade de uma nova abordagem, que evidencia o método misto, trataremos do mesmo assunto numa dimensão qualitativa, utilizando, como ferramenta, o Grupo Focal (GF) e como forma de análise a opção recaiu pela análise de conteúdo, pela riqueza de elementos encontrados.

Breve passeio histórico

É interessante saber o que cada participante pensa sobre o momento pós-lesão, porém, ao mesmo tempo, esperava-se que favorecessem compreender, em profundidade, o comportamento do grupo restrito, justificando-se a utilização da técnica do Grupo Focal (GF), o que de fato ocorreu. Os GFs são grupos de discussão que dialogam sobre um tema em particular, ao receberem estímulos apropriados para o debate. Essa técnica distingue-se por suas características próprias, principalmente pelo processo de interação grupal, que é uma resultante da procura de dados. Em uma vivência de aproximação, permite que o processo de interação grupal se desenvolva, favorecendo trocas, descobertas e participações comprometidas.

Também proporciona: descontração para os participantes responderem as questões em grupo, em vez de responderem individualmente, facilitando a formação de idéias novas e originais; gera possibilidades contextualizadas pelo próprio grupo de estudo; oportuniza a interpretação de crenças, valores, conceitos, conflitos, confrontos e pontos de vista e ainda possibilita entender o estreitamento em relação ao tema, no cotidiano.

Cabe enfatizar que o GF permite ao pesquisador não só examinar as diferentes análises das pessoas em relação a um tema. Ele também proporciona explorar como os fatos são articulados, censurados, confrontados e alterados por meio da interação grupal e, ainda, como isto se relaciona à comunicação de pares e às normas grupais.

O GF também é adequado para ser consultado em estágios exploratórios de uma pesquisa, quando se quer ampliar a compreensão e a avaliação a respeito de um projeto, programa ou serviço, podendo ser associado a outras técnicas de coleta de dados, concomitantemente.

Esta técnica tem sido utilizada frequentemente nas áreas da Antropologia, Ciências Sociais, Ciências do Movimento e Educação em Saúde. É apropriada nas pesquisas qualitativas, que objetivam explorar um foco, ou seja, um ponto em especial. A técnica de pesquisa com o GF foi descrita e publicada no ano de 1926, em um trabalho de Bogartus (1926), nas Ciências Sociais, como entrevistas grupais.

Depois, durante a 2ª Guerra Mundial, foi usada por Merton e Kendall (1946), para investigar o potencial de persuasão da propaganda de guerra para as tropas. E Thompson e Demerath (1952), estudaram sobre fatores que afetavam a produtividade de trabalhos em grupo.

Na área de marketing, a mídia utiliza largamente a mesma técnica, valorizando-a pelas condições de baixo custo para sua operacionalização e pela rapidez em obter dados confiáveis e válidos. O GF, apesar de ter sido criado e utilizado pelas Ciências Sociais, ficou à margem dessa ciência por vários anos e nesse período havia uma preferência, em pesquisas qualitativas da área, pela observação participante e entrevista semi-estruturada.

Contudo, na academia, essa técnica atraiu a atenção de pesquisadores da Antropologia Social, que a utilizam em estudos culturais e pesquisas em saúde. Mais recentemente, a partir do final da década de 80, vem sendo retomada por seus próprios precursores, que triplicaram o número de trabalhos com aplicação do GF. No Brasil, na Faculdade de Saúde Pública da USP, na área de Educação em Saúde, a partir de 1989, o GF vem sendo aplicado para sistematizar a coleta de dados em estudos diagnósticos de problemas educativos em saúde e em estudos avaliativos de programas de saúde. Principalmente nessa área, ele vem sendo requisitado e amplamente utilizado como instrumento de avaliação e diagnóstico educativo.

É fundamental salientar que a técnica também está presente na Enfermagem, na Filosofia e nas Ciências do Movimento ainda que de forma tímida. Ela surge principalmente em estudos que apontam esta técnica como estratégia metodológica, em pesquisas qualitativas na Enfermagem e Ciências do Movimento e nos trabalhos que avaliam aspectos relacionados à educação, promoção, programas e projetos de saúde.

Neste sentido, é preciso perceber a técnica do GF como ferramenta a ser utilizada em pesquisa qualitativa, evidenciando a avaliação realizada após sua aplicação junto às participantes da pesquisa referida ao início desta introdução. Optou-se pela abordagem de pesquisa qualitativa, do tipo descritivo-exploratória, e os dados foram obtidos prioritariamente por intermédio das técnicas do GF, e complementadas pelas entrevistas.

Para a seleção e organização do GF, foi imprescindível ter claro os critérios de inclusão dos sujeitos na pesquisa. Foi composto o grupo de colaboradores, com

dez atletas de ambos os sexos, que haviam respondido as questões e que se mostraram interessados, após consulta prévia, a compor esta parte do estudo. A formação do GF foi intencional e deveria ter pelo menos, um ponto de semelhança entre os participantes, o que já estava assegurado, visto o fato de serem parte do grupo previamente contatado e com o qual já se coletara os dados das questões descritas quantitativamente.

Optou-se neste estudo, para composição do grupo, pelo critério de compartilhamento do mesmo local de contato: um grupo fechado (Facebook) onde todos estariam disponíveis em datas e horários específicos e marcados com antecedência. Isso favoreceu os relatos de experiências, necessidades, valores e crenças, as quais interagem na temática em foco. O número de participantes no grupo seguiu orientação de estudos acerca do grupo focal, que referem de seis a 15 pessoas como um módulo recomendável.

A dimensão do grupo depende dos objetivos de cada estudo; quando se deseja gerar maior número de ideias, a melhor opção é organizar grupos maiores. E, quando se espera aprofundar a temática na discussão, deve-se optar por grupos menores. Foram realizadas quatro sessões de GF, divididas em quatro encontros de uma hora e trinta minutos. As reuniões ocorreram duas vezes por semana. Esse cuidado é uma recomendação para o bom desenvolvimento dos grupos focais.

Antes de iniciar o GF, realizaram-se entrevistas individuais, com o objetivo de obter informações referentes à identificação pessoal e ao interesse e perspectiva de cada colaborador em participar do trabalho, sempre utilizando-se do recurso da nova mídia: Facebook. Na véspera do encontro de cada GF, confirmava-se, via telefone, o horário do encontro, no grupo fechado do Facebook, no sentido de estimular a presença de cada atleta.

As reuniões eram online pelo Facebook e contaram com uma preparação especial, de acordo com o objetivo e a metodologia que seria utilizada. Foram necessários alguns cuidados que permearam todas as sessões, como seleção e preparo antecipado do material específico para cada encontro e organização da abordagem que se mostrou fundamental, pois facilitou o debate, assegurou privacidade, conforto, fácil acesso e ambiente neutro.

Ao final de cada encontro, foi elaborada uma síntese dos depoimentos e era oportunizado um último espaço aos participantes, tanto para acrescentarem,

esclarecerem ou mudarem alguma ideia referida na discussão, quanto para expressarem como se sentiram.

Solicitava-se, também, que fizessem sugestões e críticas ao andamento das atividades, se desejassem. A moderadora buscou, ao longo dos encontros grupais, facilitar as discussões, encorajando os depoimentos e assegurando espaço para que todas as participantes se expressassem. Procedeu-se à análise dos dados de acordo com recomendações para pesquisas que utilizam o GF, e a abordagem qualitativa.

No próximo tópico apresentaremos os resultados qualitativos e quantitativos com os detalhes necessários para pesquisa.

6 RESULTADOS

6.1 Resultados e análises quantitativas dos dados

Podemos observar na Tabela 1 que os escores obtidos nas médias dos 32 atletas avaliados, variaram consideravelmente entre as dimensões.

A dimensão que obteve maior média foi prazer com 32,09 pontos, seguida da saúde com 32,03 e a sociabilidade com 31,21. A dimensão controle de estresse obteve uma pontuação um pouco abaixo com 29,40 pontos, mas as duas dimensões que tiveram pontuações mais baixas foram a estética, e a competitividade com 25,62 e 22,21 respectivamente. Com esses valores podemos supor que os indivíduos atletas lesionados se preocupam mais com a saúde por estarem lesionados e nem tanto com a competição e a estética.

Corroborando com nossa pesquisa, Teixeira e Balbinotti (2010) afirmam que a dimensão saúde é umas das que mais se destacam nos estudos relacionados a prática de atividade física e uma hipótese para isso, pode estar relacionada a consciência que os indivíduos adultos, do presente estudo, possuem sobre a importância de ter uma boa saúde.

O prazer pode vir relacionado aos momentos de alegria que a prática esportiva trás ao indivíduo, e com isso o leva a frequentar e praticar essas atividades repetidas vezes (TEIXEIRA; BALBINOTTI, 2010).

6.1.1 Resultados quantitativos nas dimensões

Tabela 1: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição do inventário em estudo.

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média	Min	Max	Inter quartil	Normalidade		Assimetri a	Achatame nto
			Aparada				K-S ^a	Sig		
Controle de estresse	29,40	7,52	29,79	10,00	40,00	8,75	0,145	0,087	-1,37	0,27
Saúde	32,03	7,68	33,50	8,00	40,00	11,75	0,165	0,026	-3,04	2,08
Sociabilidade	31,21	8,15	32,50	8,00	40,00	7,75	0,205	0,001	-3,20	1,77
Competitividade	22,21	9,77	25,50	8,00	40,00	17,75	0,203	0,002	0,56	-1,58
Estética	25,62	8,43	25,50	11,00	40,00	12,75	0,150	0,064	-0,58	-1,10
Prazer	32,09	7,25	34,00	8,00	40,00	7,00	0,237	0,000	-3,97	3,71

^a Kolmogorov-Smirnov com Correção Lilliefors de Significância. (VÁLIDO PARA TODAS AS TABELAS)

^b Curva mesocúrtica aceita para valores entre -1,96 e +1,96. (VÁLIDO PARA TODAS AS TABELAS)

As dimensões que mais motivaram os atletas lesionados a praticarem atividade física foram prazer seguido, respectivamente, pela saúde, sociabilidade, controle de estresse, estética e competitividade. Com relação a média aparada nem sempre os valores ficaram próximos da média como nas dimensões competitividade e prazer que os valores variaram até em 3 pontos acima da média, indicando que há uma interferência maior nessas dimensões de valores nos extremos da distribuição.

Com esses dados preliminares, sugere-se que os valores não se afastaram muito da média, portanto não houve problema quanto a aderência a normalidade nas dimensões avaliadas.

No desvio padrão houve algumas variações nos valores entre as dimensões, principalmente na dimensão competitividade que obteve a menor média e o maior valor de desvio padrão, mas este não ultrapassou a metade do valor da média, nos levando a concluir que não houve uma grande dispersão dos dados nessa dimensão.

Todas as dimensões apresentaram valores máximos que coincidem com o valor máximo da distribuição (40). Já os valores mínimos houve uma pequena variação onde foram testados os índices de normalidade através do teste de Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Os resultados do teste apresentaram que as distribuições não aderiram a normalidade dos dados nas dimensões da escala.

Analisando a assimetria dos dados ($-1,96 < \text{Skewness/EPs} < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis/EPk} < 1,96$) das distribuições indicam que as dimensões saúde, sociabilidade e prazer apresentaram uma distribuição assimétrica negativa, indicando a curva para os valores máximos, mesmo não sendo simétricas, estas dimensões são mesocúrticas. Já as dimensões controle de estresse, competitividade e estética apresentaram distribuições simétricas e mesocúrticas.

Segundo Deci e Ryan (1985), a sensação de prazer relatada pelos indivíduos que praticam atividade física e esportiva é reflexo da motivação intrínseca das pessoas e ainda que esta sensação é fundamental para a manutenção deste indivíduo na prática das atividades físicas e esportivas.

No presente estudo, por estarmos lidando com atletas de voleibol lesionados, a dimensão competitividade deveria estar em destaque, mas não foi o que ocorreu, o que podemos sugerir como hipótese estes não se preocuparem tanto com a competição no momento que podem estar em reabilitação da lesão.

6.1.2 Resultados quantitativos na dimensão controle de estresse

Na tabela 2 apresentamos os dados dos atletas na dimensão controle de estresse.

Tabela 2: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição por variáveis em estudo (dimensão controle de estresse).

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média	Min	Max	Inter quartil	Normalidade		Assimetri a	Achatame nto
			Aparada				K-S ^a	Sig		
diminuir a irritação	3,53	1,29	3,59	1	5	2	,23	0	-,42	-1,78
ter sensação de repouso	3,47	1,24	3,52	1	5	3	,19	,003	-1,12	-,85
ficar mais tranquilo	3,88	1,15	3,97	1	5	2	,26	0	,82	-2,59
diminuir a ansiedade	3,72	1,17	3,80	1	5	2	,25	0	,07	-1,99
diminuir a angústia pessoal	3,47	1,34	3,52	1	5	3	,24	0	-,94	-1,47
ficar sossegado	3,47	1,39	3,52	1	5	3	,24	0	-1,22	-1,32
Descansar	3,72	1,27	3,80	1	5	3	,30	0	-,65	-1,99
tirar o stress mental	4,16	1,08	4,28	1	5	1	,25	0	3,46	-3,95

Nessa dimensão o item “tirar o stress mental” apresentou o valor maior de todas as variáveis com média de 4,16 pontos e nos outros itens as médias foram próximas variando de 3,47 a 3,88 pontos.

Em relação a média aparada, os valores foram mais elevados em relação aos valores das médias em todos os itens, o que indica uma maior interferência dos valores na base da escala.

O desvio padrão dessa dimensão em nenhum item o valor ultrapassou metade do valor da média, e com isso podemos dizer que houve pouca dispersão dos dados. Todos os itens da dimensão apresentaram os mesmos valores mínimos e máximos.

6.1.3 Resultados quantitativos na dimensão saúde

Na tabela 3 apresentamos os dados dos atletas na dimensão saúde.

Tabela 3: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição por variáveis em estudo (dimensão saúde).

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média	Min	Max	Inter quartil	Normalidade		Assimetri a	Achatame nto
			Aparada				K-S ^a	Sig		
adquirir saúde	4,38	,97	4,51	1	5	1	,33	0	5,08	-4,73
melhorar a saúde	4,13	1,21	4,25	1	5	1	,29	0	1,44	-3,41
manter a saúde	4,06	1,10	4,18	1	5	1	,29	0	2,64	-3,63
ficar livre de doenças	3,78	1,23	3,87	1	5	2	,32	0	-,12	-2,34
viver mais	3,97	1,25	4,08	1	5	2	,26	0	,19	-2,61
ter índices saudáveis de aptidão física	4,03	1,23	4,15	1	5	1	,30	0	1,91	-3,62
não ficar doente	3,66	1,42	3,73	1	5	3	,25	0	-,96	-1,84
crescer com saúde	4,03	1,17	4,15	1	5	1	,27	0	1,41	-3,21

Os dados apresentados na dimensão, o item “adquirir saúde” apresentou o valor maior de todas as variáveis com média de 4,38 pontos, os itens “melhorar a saúde”, “manter a saúde”, “ter índices saudáveis de aptidão física” e “não ficar doente” apresentaram valores semelhantes entre si, e nos outros itens as médias foram próximas variando de 4,03 a 4,13 pontos.

Em relação a média aparada, os valores foram mais elevados em relação aos valores das médias podendo afetar diretamente os valores das médias dos indivíduos nessa dimensão saúde. Tendo como hipótese, uma maior interferência nos valores na base da escala.

O desvio padrão dessa dimensão em nenhum item o valor ultrapassou metade do valor da média, e com isso podemos dizer que houve pouca dispersão dos dados. Todos os itens da dimensão apresentaram os mesmos valores mínimos e máximos.

6.1.4 Resultados quantitativos na dimensão sociabilidade

Na tabela 4 apresentamos os dados dos atletas na dimensão sociabilidade.

Tabela 4: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição por variáveis em estudo (dimensão sociabilidade).

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média	Min	Max	Inter quartil	Normalidade		Assimetri a	Achatame nto
			Aparada				K-As	Sig		
encontrar amigos	3,94	1,21	4,04	1	5	2	,24	0	,31	-2,46
estar com outras pessoas	3,81	1,28	3,88	1	5	3	,24	0	-1,13	-1,70
reunir meus amigos	3,97	1,12	4,08	1	5	2	,26	0	1,67	-3,02
estar com os amigos	3,97	1,12	4,06	1	5	2	,23	0	,25	-2,32
fazer novos amigos	3,94	1,24	4,04	1	5	2	,27	0	1,12	-3,07
conversar com outras pessoas	3,88	1,31	3,97	1	5	2	,28	0	,19	-2,71
brincar com meus amigos	3,91	1,27	4,01	1	5	2	,27	0	,62	-2,88
fazer parte de um grupo de amigos	3,81	1,17	3,88	1	5	2	,31	0	-,36	-2,13

Os dados apresentados nessa dimensão, os valores dos itens foram bem próximos variando entre 3,81 pontos o menor valor e 3,97 pontos o maior valor.

A média aparada, os valores foram mais elevados em relação aos valores das médias em todos os itens, podendo afetar diretamente os valores das médias dos indivíduos nessa dimensão sociabilidade. Sugerindo uma maior interferência nos valores da base da escala.

O desvio padrão dessa dimensão em nenhum item o valor ultrapassou metade do valor da média, e com isso podemos dizer que houve pouca dispersão dos dados. Todos os itens da dimensão apresentaram os mesmos valores mínimos e máximos.

6.1.5 Resultados quantitativos na dimensão competitividade

Na tabela 5 apresentamos os dados dos atletas na dimensão competitividade.

Tabela 5: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição por variáveis em estudo (dimensão competitividade).

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média Aparada	Min	Max	Interquartil	Normalidade		Assimetria	Achatamento
							K-S ^a	Sig		
ser campeão no esporte	3,13	1,40	3,14	1	5	2	,17	,01	-1,59	-,21
competir com os outros	3,13	1,45	3,14	1	5	3	,24	0	-1,90	,09
ganhar prêmios	2,63	1,51	2,58	1	5	3	,22	0	-1,58	1,09
ser o melhor no esporte	2,78	1,40	2,76	1	5	3	,14	,07	-1,45	,47
ganhar dos adversários	2,97	1,42	2,97	1	5	2	,18	,005	-1,66	,14
concorrer com os outros	2,78	1,38	2,76	1	5	2	,18	,008	-1,39	,64
vencer competições	2,81	1,49	2,79	1	5	3	,20	,001	-1,75	,53
ter retorno financeiro	2,00	1,48	1,89	1	5	2	,34	0	-,15	2,91

Os valores nessa dimensão foram mais dispersos com uma maior variação dos valores nos itens. Os valores mais baixos foram “ter retorno financeiro” com 2

pontos e “ganhar prêmios” com 2,63 pontos. Os valores mais altos foram nos itens “ser campeão no esporte” e “competir com os outros” ambos com 3,13 pontos.

A média aparada, os valores foram mais elevados em relação aos valores das médias apenas nos itens “ser campeão no esporte”, “competir com os outros”, “ganhar dos adversários” e nos outros itens todos os valores foram menores que o valor das médias.

O desvio padrão dessa dimensão os valores ultrapassaram metade do valor da média, e com isso podemos dizer que houve grande dispersão dos dados. Todos os itens da dimensão apresentaram os mesmos valores mínimos e máximos.

6.1.6 Resultados quantitativos na dimensão estética

Na tabela 6 apresentamos os dados dos atletas na dimensão estética.

Tabela 6: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição por variáveis em estudo (dimensão estética).

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média Aparada	Mín	Max	Interquartil	Normalidade		Assimetria	Achatamento
							K-S ^a	Sig		
ficar com o corpo bonito	3,13	1,36	3,14	1	5	2	,20	,001	-1,63	-,18
ficar com o corpo definido	2,84	1,37	2,83	1	5	3	,26	0	-1,87	-,44
ter um corpo definido	2,94	1,29	2,93	1	5	2	,23	0	-1,58	-,16
manter o corpo em forma	3,53	1,21	3,59	1	5	1	,30	0	-,26	-1,98
sentir-me bonito	3,13	1,28	3,14	1	5	2	,18	,010	-1,03	-,60
tornar-me atraente	2,75	1,21	2,72	1	5	2	,16	,021	-1,25	,14
manter-me em forma	3,59	1,26	3,66	1	5	2	,25	0	,04	-2,14
manter-me em forma	3,72	1,17	3,80	1	5	2	,31	0	,20	-2,30

Os dados apresentados nessa dimensão, os valores foram mais dispersos com uma maior variação dos valores nos itens. O valor mais baixo foi “tornar-me

atraente” com 2,75 pontos e o valor mais alto foi no item “manter-me em forma” com 3,72 pontos.

A média aparada nos itens “ficar com o corpo definido”, “ter um corpo definido” e “tornar-me atraente” foram mais baixas que os valores das médias apresentadas pelos indivíduos levando a hipótese de não interferir nos valores da base da escala.

O desvio padrão dessa dimensão nenhum valor ultrapassa metade do valor da média, e com isso podemos dizer que houve pouca dispersão dos dados. Todos os itens da dimensão apresentaram os mesmos valores mínimos e máximos.

6.1.7 Resultados quantitativos na dimensão prazer

Na tabela 7 apresentamos os dados dos atletas na dimensão prazer.

Tabela 7: Cálculos de tendência central, dispersão e distribuição por variáveis em estudo (dimensão prazer).

Descrição	Tendência Central e Dispersão						Distribuição			
	Média	D. P	Média Aparada	Min	Max	Interquartil	Normalidade		Assimetria	Achatamento
							K-S ^a	Sig		
atingir meus ideais	3,59	1,21	3,66	1	5	2	,22	0	-,06	-1,81
alcançar meus objetivos	3,50	1,29	3,56	1	5	2	,21	,001	-,52	-1,60
realizar-me	3,81	1,33	3,90	1	5	2	,27	0	,33	-2,71
obter satisfação	4,03	1,23	4,15	1	5	1	,30	0	1,91	-3,62
atingir meus objetivos	3,78	1,31	3,87	1	5	2	,28	0	,38	-2,70
meu próprio prazer	4,44	,84	4,56	1	5	1	,31	0	10,10	-5,80
ter a sensação de bem estar	4,38	,90	4,49	1	5	1	,31	0	6,16	-4,72
me sentir bem	4,56	,80	4,67	1	5	1	,36	0	15,07	-7,32

Os dados apresentam valores mais altos, com a menor média no item “alcançar meus objetivos” com 3,50 pontos e a maior média foi do item “me sentir bem” com 4,56 pontos.

A média aparada, os valores foram mais elevados em relação aos valores das médias em todos os itens, podendo afetar diretamente os valores das médias dos indivíduos nessa dimensão prazer, interferindo nos valores da base da escala.

O desvio padrão dessa dimensão nenhum valor ultrapassa metade do valor da média, e com isso podemos dizer que houve pouca dispersão dos dados. Todos os itens da dimensão apresentaram os mesmos valores mínimos e máximos.

6.2 Resultados e análises qualitativas dos dados

Ao término dos encontros virtuais previstos, realizou-se, inicialmente, uma leitura exaustiva dos depoimentos, seguida da indexação dos dados, que consiste na ordenação e categorização dos mesmos, a partir do destaque de temas ou padrões recorrentes. Essa indexação é indutiva e as categorias de análise foram agrupadas por afinidade e compuseram os seguintes temas descritores: motivação para atividades físicas, saúde, emoções, grupamento de amigos, recuperação física-mental e satisfação.

Após a categorização dos dados, utilizamos da análise de conteúdo para levantar os temas descritores, que foram submetidos a uma análise específica, com a releitura de cada categoria e construção sinalizadora de seus descritores, cuja imersão possibilitou o aprofundamento e a compreensão analítica. Ao final, foram realizadas a interpretação dos dados e a aproximação com os autores que subsidiaram o referencial teórico do estudo. Percebe-se que a técnica escolhida, o GF, foi determinante para criar um espaço de avaliação de procedimentos, emoções, significados e percepções acerca do tema em foco, no cotidiano dos participantes.

Além dos elementos teóricos acima descritos, esse espaço discursivo oportunizou o autoconhecimento, por meio da reflexão pessoal e da revisão de conceitos, também possibilitou a percepção de ser humano, ter limitações e fragilidades. Igualmente, propiciou o entendimento de que a forma de pensar e agir

em relação às lesões esportivas estava amparada nos valores, nas regras e nas concepções que nortearam a sua construção.

Quando pensamos nos descritores e, pinçamos cada um, com seus detalhamentos, conseguimos perceber como cada um dos participantes se enxergam no Mundo e como se percebem em sua situação pessoal. Desta forma, destacamos, para o descritor “motivação para atividades físicas”

Fico motivado e luto pela minha própria superação. Busco avançar além de minhas forças físicas e mentais. As vezes acho que sou de ferro... (atleta 2)

Estar motivado para minha recuperação sempre é algo presente em mim, desde pequenininha...não consigo me ver sendo a coitadinha, a que não é capaz...isso seria o fim. Vejo sempre uma saída e corro atrás dela... (atleta 5)

Se tem um limite, tem uma maneira de superá-lo...eu só entendo minha vida assim. E na prática do esporte, se não for assim, é melhor ficar em casa dormindo, né?...(atleta 7)

Mesmo quando estive de muletas eu ia aos treinamentos e jogos... era a maneira que eu via para motivar meus amigos...superação é assim: ir além do possível. (atleta 9)

A leitura manifestada da conversa sobre “saúde”, outro dos descritores foi interessante, uma vez que expressou uma ampla gama de dados, ricos em sua subjetividade e amplitude:

Manter a saúde, diminuir minha ansiedade, me sentir bem... tudo isso a prática de atividades físicas faz comigo. Quando estou competindo estou realizado e pleno, saudável, forte, potente...(atleta 2)

Sempre pensei no corpo definido, mas acabei percebendo que sou saudável, até quando não estou bem definido. Minha cabeça mudou e eu passei a me sentir bem, quando posso render em minhas atividades, sejam elas quais forem... sou saudável e forte, minha saúde está bem e isto está visível em meu corpo...(atleta 3)

Estar num grupo que me acolhe e me ajuda, diante das surpresas que uma lesão pode causar, é muito bom...isso é saúde, isso é ser coletivo, respeitando o individual...só aqui eu consegui sentir isso...(atleta 5)

A prática da atividade física me trouxe uma saúde de ferro. Dai comecei a ver que minha cabeça foi mudando: eu cresci interiormente...acho que esse conjunto é saúde também...estou saudável. É isso?...(atleta 7)

A saúde é a coisa impagável que esta prática me trouxe. Tenho amigos, sou valorizado, sou visto, estou inteiro, colabora com a equipe e quando me lesiono todos se preocupam comigo. Que mais posso querer?...(atleta 8)

Sinto que sou diferente dos meus irmãos e de alguns amigos: sou mais forte, sou mais saudável e mais satisfeito. Corpo bom, forte, boas idéias, pensamento rápido, resolvo problemas com segurança; isso tudo eu aprendi na pratica esportiva, nos treinamentos, nos jogos, nas lesões e nas recuperações...(atleta 10)

Quando estimulados a falar sobre as “emoções” vivenciadas nas práticas de atividades físicas, esportivas ou não, com ou sem lesões, os participantes demoraram a começar a se interagir. Foi necessária nova provocação até que...

Sabe, eu não saberia viver se não fosse nesse meio...não sei o que é Vida fora das quadras. Se me lesiono, todos me acolhem, me socorrem, me ajudam...podem não falar nem uma palavra, podem ficar calados sempre, mas sente-se uma energia, que é a tal da emoção, né? E isso preenche a Vida da gente...é legal demais.(atleta 1)

Quando eu estive lesionada, eu recebia todo dia uma ligação de uma ou de outra das meninas da equipe...sempre ela contava o que acontecia nos treinos, o que estava por acontecer, o que o técnico dizia e sugeria, o que ele falava de mim, e esse apoio me dá forças para superar a distancia e a dor. Sempre fui muito sensível, mas nos momentos de recuperação a emoção que sentia ao saber que eu era alguém importante para minhas amigas me fizeram recuperar mais rápido....(atleta 2)

Nunca me achei grande jogador, atleta de nada. Até me machucar. Dai fui descobrir que eu era craque e que todos me queriam de volta. Foi uma emoção tão grande que passei a contar as horas para voltar. A ajuda do meu técnico foi primordial para minha recuperação...eu me emociono até hoje, só em lembrar disso...(atleta 4)

Bicho, sabe o que saber que estão preocupado com você? Sabe o que é se sentir importante para seu grupo? Somente no esporte eu senti isso e digo mais: na minha pior fase, quando estava lesionado. É muita emoção, é um crescimento como homem...faz bem...(atleta 6)

Sinto muita raiva, fico muito abalado, abatido e me puno muito quando não atinjo meus objetivos. Na atividade física, no esporte e na competição eu me violento demais...já me aconselharam a

ir a um terapeuta para modelar minhas emoções...é muito ruim...fico descontrolado...(atleta 9)

Nem tudo dá certo sempre: quando estou bem, fico feliz, alegre, adoro o que faço, curto todo o sacrifício e quando estou mal, só vejo as coisas negativas...acho que sou bipolar...mas não deixaria o esporte por nada e nem os entorses e lesões me fazem parar. Sou tarado em esporte e maluco por competição...(atleta 10)

A análise do fato, diante de um grupo de atletas, leva-os a refletir no processo de socialização e de crescimento social. É assim que o descritor “grupamentos de amigos” se ressaltou nas falas e manifestações:

Posso ficar sem trabalhar, sem ir ao trabalho, mas não abandono esse grupo. Essas meninas são mais que minha família de sangue, são a minha família de coração. Não sei o que seria de mim sem elas e pensar que tudo começou quando resolvemos ir treinar juntas, hem? Somos muito unidas, aconteça o que acontecer...sabemos até o que a outra está pensando....(atleta 1)

Um grupo de atletas qualquer time tem. Quero ver ter um grupo de amigos como nós somos...ai sim, eu quero ver. Aqui, nesse pessoal, o que vale é a afinidade, a cumplicidade, a entrega...somos amigos incondicionais...(atleta 3)

Não tem essa de mais novo e mais velho, somos um grupo e todos têm o mesmo direito...aqui todo mundo depende de todo mundo e respeita a autonomia que cada um de nós tem sobre sua vida. Mesmo que alguém mude de time, de bairro, de cidade, continuamos amigos...(atleta 5)

Tivemos um excelente técnico que nos ensinou a respeitar, um ao outro. Ele nunca nos tratou como atletas, mas sempre como pessoas e essas pessoas ele queria ver crescer...daí, crescemos amigos. Aqui não tem titular, não tem reserva, não tem lesionado, curado, não tem nada: tem amigos.(atleta 6)

Dizem que mulher é duro de trabalhar, mas somos um grupo de amigas e respeitamos as regras. Mas não pensa que é fácil mexer com uma de nós: a irmandade se une e vamos em cima...somos um grupo unido prá tudo.(atleta 9)

Quando se fala em recuperação física-mental, nossos colaboradores têm uma postura bastante clara e assertiva. Eles entendem a unicidade do homem com propriedade e pertinência:

Depois da lesão eu procurei cuidar mais de mim...descanso, evito bater boca, durmo mais, me alimento melhor, leio um livro, ouço música, aguardo a recuperação de boa, sem estresse...to cuidando de mim, porque a temporada vai ser brava...(atleta 1)

Não adianta eu fazer fisioterapia se minha cabeça não me ajuda...ou eu me cuido por inteiro ou vou estar sempre ferrada...vou fazer exercícios pras emoções também, dai eu me equilíbrio...(atleta 3)

Não tem essa de que foi só um entorse ou só uma luxação...a cabeça trava e na hora de voltar, o corpo vai e a cabeça cobra atenção maior...os primeiros dias de retorno são terríveis porque parece que o pior sempre vai acontecer. Por que será que o corpo diz sim e a cabeça diz não?(atleta 4)

Em nenhuma equipe por onde passei havia um treino psicológico para recuperar atletas lesionados. Havia sempre os

massagistas, os fisioterapeutas, os médicos, o benzedor...mas psicologia passava distante...tinha até um pastor evangélico. Quando eu descobri a psicologia do esporte eu me tornei melhor e mais equilibrado, me fez bem...(atleta 5)

Já abandonei as muletas, já tirei as talas, já voltei aos treinos...mas minha cabeça insisti em me acusar...então vou procurar um psicólogo para me ajudar porque ou recupera total ou não é recuperação....(atleta 7)

Eu penso assim: se minha cabeça está bem, meu emocional, minhas idéias, meus projetos, pode esquecer de mim: nada vai me derrubar. Mas quando eu vacilo, me amedronto, me assusto, me incomodo, dai eu caio, me ralo toda, me corto, fico um lixo...minha cabeça comanda tudo. Sempre fui assim, desde menininha....(atleta 8)

Eu acredito que atleta e praticante de esportes deva ter um corpo bom para desempenhar e para se recuperar de lesões...isso de ficar com cabecinha fraca, de ter medinho...isso não é coisa de homem, não...cabeça fraca é coisa de artista, de pensador....sempre em conflito, sempre mal.(atleta 10)

Diante de algumas indagações, os colaboradores foram sempre prontos a interlocutar de modo a deixarem claros seus pensamentos a respeito de um descritor que é a “satisfação”. A possibilidade de falar sobre a satisfação de estar bem, de ser bem visto e bem cuidado, de ser acolhido e realizado pontuou esse momento da coleta:

Nada se compara com a alegria de poder contar com os amigos. Eles aparecem, trazem lanches, frutas, alguns ate fazem os trabalhos da facu...sinto a maior satisfação em estar neste grupo, mesmo quebrado, enfaixado, sou feliz...eles me fazem

entender que sou peça importante na relação do grupo...(atleta 2)

Puxa vida, como é bom saber que existe preocupação com você, né? Maior satisfação poder contar com apoio dos outros, nesses momentos. Porque quando se está inteiro, forte, firme, todos estão com você, mas quando está em baixa, doente, frágil...ai sim, você precisa de alguém...essas meninas são parceiras mesmo, isso me enche de satisfação....(atleta 5)

Nunca me senti tão completo como nesse time: aqui você é importante por aquilo que você é capaz de fazer e pelo que você é. Se algo sai errado, eles te amparam, te ajudam, ninguém fica de cara feia nem fecha a porta em sua cara. Quer maior satisfação que isso?...(atleta 6)

Moro longe de minha família, passo a semana no treinamento e na facu...mas quando a coisa pega, quando nada dá certo, quando ainda tem lesão...se não for o grupo e o técnico eu juro que morreria. Eles dão vida, dão força, empurram pra frente...e isso me enche de satisfação...quero sair daqui mais não...(atleta 10)

Esse exercício facultou também olhar o outro e encontrar semelhanças nas singularidades de cada pessoa envolvida. Foi um espaço integrador e de compartilhamento. Certamente, despertou para um entendimento da lesão ocorrida na prática esportiva e abriu um caminho que pode auxiliar na condução do tema em estudo, tanto na vida pessoal, quanto na vida profissional dos participantes.

Foi notório o interesse que a discussão grupal oportunizou, abrindo um espaço reflexivo e crítico individual. Por outro lado, foi possível também amenizar a ansiedade com relação à temática em estudo, por meio da técnica do grupo focal. Ela foi compreendida como uma condição que todo ser humano possui, que está presente em toda e qualquer situação de vida dele, independente do seu querer. Ela

é vivenciada por meio de um processo dinâmico e permanente, ao longo da vida, permitindo a expressão cultural singularmente construída, no manejo e no enfrentamento dessas condições.

Acredita-se que o exercício de ouvir a si mesmo e de ouvir os outros do grupo, como decorreu no GF deste estudo, foi um elemento de conscientização para a pessoa sobre suas próprias concepções.

No próximo tópico iremos fazer ligações entre os resultados obtidos e nas metodologias utilizadas.

7 DISCUSSÃO

A diferença encontrada entre as escalas pode demonstrar que os indivíduos se apresentam motivados de diferentes formas, umas variáveis com mais e outras com menos intensidade.

De acordo com Balbinotti et al., (2011), os motivos extrínsecos talvez representem um maior ou menor grau de autonomia e de liberdade cognitivo-intelectual. Assim quanto maior for a autonomia, maior será o grau de autodeterminação do atleta.

Os motivos para a prática de atividade física devem ser conhecidos por ordem de prioridade, ou seja, em cada indivíduo os motivos para prática de atividade física obedecerão a uma ordem de prioridades, havendo assim uma possibilidade de colaboração decisiva do indivíduo na atividade física regular.

Em nossos resultados, temos como hipótese que os indivíduos se sentem motivados a praticar atividade física após sofrerem algum tipo de lesão, mesmo com indicativos que em determinadas dimensões os valores são mais baixos (próximos do mínimo – 8) que em outras, e ainda dentro delas os itens também apresentem médias mais baixas entre si.

Nas dimensões avaliadas, percebemos que diversas pontuações são dadas pelos atletas demonstrando o significado que cada indivíduo refere a determinada variável. Representando as individualidades dos indivíduos e que diversos fatores podem estar exercendo influência naquele momento.

No estudo realizado por Nunes et al., (2010) vários são os fatores internos e externos que influenciam a ocorrência de lesões, porém durante a fase de reabilitação o fator externo (família), tem um suporte muito importante para um bom resultado.

É comum que nas fases do tratamento das lesões tenha o acompanhamento de alguns profissionais como médicos e fisioterapeutas, mas em poucos estudos é citado o acompanhamento do psicólogo (SANTOS et al., 2007). Este

acompanhamento deve estar presente na preparação dos atletas para situações de enfrentamento.

Os estudos de Nunes et al., (2010) e Balbinotti et al., (2011) corroboram ao demonstrar que os atletas devem apresentar boas habilidades psicológicas e situações de enfrentamento para uma boa longevidade e desenvolvimento no esporte. Contudo, destacamos a importância de uma avaliação detalhada e um acompanhamento da situação do atleta que deverão prosseguir durante todo o contexto esportivo, mantendo um bom relacionamento entre profissional e atleta facilitando assim todo o processo de recuperação física e psicológica.

Os valores nas dimensões prazer, saúde e sociabilidade foram os mais elevados na escala em nosso estudo que corroboram com o trabalho de Balbinotti et al., (2011), ao dizer que estes possivelmente podem apresentar esse escore mais elevado tendo como hipótese de terem uma concepção sobre saúde e da prática de atividade física, sentirem prazer da prática das atividades e manter um bom contato social.

O que mais motiva os atletas no presente estudo é o prazer podendo estar relacionada a satisfação psicológica e a questão do indivíduo estar inserido em um grupo de amigos e na sociedade, desenvolvendo bem suas habilidades cognitivas e motoras. Quando a dimensão prazer apresenta um elevado escore pode ajudar os indivíduos a encarar as situações de enfrentamento da melhor maneira diante da ação de fatores estressantes, condizendo assim com nossos valores apresentados na dimensão controle de estresse, que obteve um escore mais baixo na escala.

Por se tratar de resultados de atletas de voleibol lesionados, observou-se que a dimensão competitividade apresentou um dos menores valores, o que nos sugere que estes atletas por estarem lesionados não se preocuparam com essa dimensão no momento, mas enfatizaram o bem-estar e a recuperação da lesão.

Ao detalhar cada dimensão percebemos que cada item possui suas individualidades e influências específicas. Em determinadas dimensões houve grande variação nas médias dos seus itens, mostrando uma grande heterogeneidade dos dados.

Barbosa (2006) afirma em seu estudo que por um lado cada item deve ter correlação com sua própria dimensão e por outro lado, não devem existir correlações negativas entre um item e a escala total.

Possibilidades de autorreflexão e autoconhecimento de que o ser humano tem suas limitações e fragilidades, e que os indivíduos lesionados avaliados, apresentaram suas respostas amparadas a valores, regras e concepções que foram construídas durante a vida e poderiam pensar em não se modificarem com o tempo.

As discussões foram pertinentes e houve grande interesse grupal, o que permitiu uma reflexão acerca da ansiedade em relação a temática em estudo, e com essas discussões tivemos a oportunidade de provocar e demonstrar que há possibilidades se reconstruir e criar novas situações de enfrentamento às condições adversas consequente à lesão. Mas vale ressaltar que é de grande importância o autoconhecimento e a autorreflexão, porque assim a partir daí consegue criar um diálogo em um grupo para discutir situações de enfrentamento.

Assim pode-se notar que o método misto é longo, importante e muito interessante de ser utilizado nas pesquisas científicas, mas é muito complexo e exige um cuidado dos pesquisadores na sequência e análise de dados coletados.

Existem poucas pesquisas realizadas no Brasil que utilizam esse método devido aos desafios que esse tipo de pesquisa ainda enfrenta, porém após sua realização bem feita, os dados bem trabalhados abrem um leque de oportunidades e reflexões acerca do tema pesquisado.

8 CONCLUSÃO

Os atletas se apresentaram motivados a voltarem a praticar voleibol, mesmo após terem sofrido lesão, mas a motivação variou sua intensidade de acordo com as individualidades de cada indivíduo.

O estudo de validação do IMPRAF de Balbinotti e Barbosa (2006), os autores sugerem a necessidade de novos estudos de aplicação e validação do questionário com outros grupos amostrais como atletas de rendimento e deficientes.

Ao aplicar o inventário em nossos atletas percebemos grande semelhança nos resultados encontrados no estudo de validação, porém nossa amostra foi menor e diferente. Com isso sugerimos ao final desse trabalho uma nova busca amostral e talvez uma possível validação do questionário para atletas.

Buscando atender nossos objetivos propostos, o estudo inicialmente pode demonstrar que os atletas se sentem motivados a prática de atividade física mesmo após terem sofrido algum tipo de lesão.

Como vimos na literatura, a psicologia contribui de fato para a recuperação das lesões nos atletas, considerando que o ser humano apresenta suas limitações e fragilidades por isso deve haver uma autorreflexão e autoconhecimento e para que a partir disso o atleta possa criar situações de enfrentamento adequadas para superar da melhor maneira a lesão, associada a uma boa reabilitação física. Assim vemos a importância de estarmos estudando as variáveis psicológicas que influenciam esses indivíduos lesionados.

A reabilitação psicológica não depende só da atuação do psicólogo do esporte, mas de um trabalho conjunto de diversos profissionais e também do atleta, que terá função primordial nessa recuperação. Se este não estiver decidido e motivado a se recuperar da lesão, esta não será bem sucedida.

O trabalho realizado em grupo com debates e discussões proporcionou contato com os colegas em atividades fora das quadras, oportunizando discussões e reflexões acerca de fatores psicológicos que são expressos em diversos momentos que podem influenciar o atleta em todo seu contexto de vida.

Vale ressaltar ao final deste trabalho que a metodologia utilizada foi adequada, contemplando as nossas necessidades no presente estudo de análise dos dados, porém é uma metodologia muito complexa e exige uma boa organização e planejamento da pesquisa na busca dos resultados finais. É uma metodologia nova que exige mais estudos, porém já estruturada fora do nosso país, e assim exige mais estudos na área para se consolidar ainda mais por aqui.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMARAL, A.; NATAL, G.; VIANA, L. Netnografia como aporte metodológico da pesquisa em comunicação digital. **Comunicação Cibernética**. Porto Alegre; n.20, dezembro. 2008.

AMARAL, A. Autonetnografia e inserção online. O papel do pesquisador-insider nas subculturas da web. In: GT Comunicação e Sociabilidade do XVII Encontro Anual da Compós. São Paulo. **Anais...** São Paulo: USP, 2008. p. 59-72.

ARENA, S. S.; CARAZZATO, J. G. A relação entre o acompanhamento médico e a incidência de lesões esportivas em atletas jovens de São Paulo. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. [online] v.13, n.4, jul/ago, 2007.

ATKINSON, J. The mainstream of achievement-oriented activity. ATKINSON, J.; RAYNOR, J. (Ed.). **Motivation and achievement**. New York: Halstead, 1974, p. 288-324.

BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L. Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas (IMPRAF – 126). **Psicologia: Reflexão e Crítica**. Porto Alegre, v.2, n.14, p.17-23, 2006.

BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L. Análise da consistência interna e fatorial confirmatório do IMPRAFE-126 com praticantes de atividades físicas gaúchos. **Psico-USF**, Itatiba, v.13, n.1, p.1-12, jan/jun, 2008.

BALBINOTTI, M. A. A.; CAPOZZOLI, C. J. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. **Revista Brasileira Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.22, n.1, p.63-80, jan/mar, 2008.

BALBINOTTI, M. A. A.; ZAMBONATO, F.; BARBOSA, M. L. L.; SALDANHA, R. P.; BALBINOTTI, C. A. A. Motivação à prática regular de atividades físicas e esportivas: um estudo comparativo entre estudantes com sobrepeso, obesos e eutróficos. **Motriz**, Rio Claro, v.17, n.3, p.384-394, jul/set, 2011.

BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L.; BALIBINOTTI, C. A. A.; SALDANHA, R. P. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. **.Net**,

Natal, jan/abr. 2011. Estudos de Psicologia. Disponível em: www.sielo.br/epsic. Acesso em: 16 de outubro 2012.

BALBINOTTI, M. A. A.; JUCHEM, L.; BARBOSA, M. L. L.; SALDANHA, R. P.; BALBINOTTI, C. A. A. Qual é o perfil motivacional característico de tenistas infanto-juvenis brasileiros?. **Motriz**, Rio Claro, v.18, n.4, p.728-734, out/dez, 2012.

BANDURA, A. Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. **Journal of Applied Sport Psychology**, Philadelphia, v. 2, p. 128-163, 1990.

BANDURA, A. Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. **Educational Psychologist**, Edinburgh. v. 28, p. 117-148, 1993.

BANDURA, A. **Self-efficacy in changing societies**. New York: Cambridge University Press, 1995.

BARBOSA, M. L. L. **Propriedades métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física e/ou esporte (IMPRAFE-126)**. 2006. 151f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Escola de Educação Física, UFRGS, Porto Alegre, 2006.

BLANCHARD, C. M.; MASK, L.; VALLERAND, R. J.; DE LA SABLONNIÈRE, R.; PROVENCHER, P. Reciprocal relationships between contextual and situational motivation in a sport setting. **Psychology of Sport and Exercise**, Amsterdam, v.8, p.854-873, 2007.

BRANDÃO, M. R. F.; MACHADO, A. A. **Coleção Psicologia do Esporte e do Exercício: Aspectos Psicológicos do Rendimento Esportivo**, Atheneu, São Paulo, 2008.

BUCETA, J. M.; BUENO, A. M. **PSYCOLOGIA Y SALUD: control del estres y transtornos asociados**. Buenos Aires. Dykinson. 1995.

CALVO, T. G.; CERVELLÓ, E.; JIMÉNEZ, R.; IGLESIAS, D.; MURCIA, J.A.M. Using Self-Determination Theory to explain Sport persistence and dropout in adolescent athletes. **The Spanish Journal of Psychology**, Cambridge, v.13, n.2, p.677-684, 2010.

CAREGNATO, R. C. A.; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis. v.15, n.4, p.679-684, out/dez, 2006.

CHATZISARANTIS, N. L. D.; BIDDLE, S. J. H.; MEEK, G. A. A self-determination theory approach to the study of intentions and the intention-behaviour relationship in children's physical activity. **British Journal of Health Psychology**, United Kingdom, v.2, p.343-360, 1997.

CRESWELL, J. W.; CLARK, V.L.P. **Pesquisa de Métodos Mistos**. Penso, 2 ed. Porto Alegre, 2013.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. **Intrinsic Motivation and self-determination in human behavior**: Plenum, 1985.

DWECK, C. Motivational processes affecting learning. **The American Psychologist**, Whashington, v. 41, p. 1040-1048, oct, 1986.

FAKIS, A.; HILLIAM, R.; STONELEY, H.; TOWNEND, M. Quantitative analyses of qualitative information from interviews: a systematic literature review. **Journal of Mixed Methods Research**. v.1, n.23, Derby, 2013.

FERNANDES, H. M.; VASCONCELOZ-RAPOSO, J. Continuum de auto-determinação: validade para a sua aplicação no contexto desportivo. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v.10, n.3, p.385-395, 2005.

GONÇALVES, A.; ARAÚJO JUNIOR, B.; MATIELO JUNIOR, E.; GHIROTO, F. M. S.; FATTARELLI, I. F.; AYRES, S. G. **Saúde Coletiva e Urgência em Educação Física**. Papirus, Campinas. 1997.

GUIMARÃES, S. E. R.; BORUCHOVITCH, E. O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da Teoria da Autodeterminação. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v.17, n.2, p.143-150, 2004.

HARTER, S. Effectance motivation reconsidered: toward a developmental model. **Human Development**, Basel, v. 1, p. 34-64, 1978.

KOZINETZ, R. V. The Field the Behind the Screen: Using Netnography for Marketing Research in Online Communities. **Journal of Marketing Research**. v.39, p.61-72, 2002.

LEMOS, A. Cibercultura e mobilidade. A era da conexão. Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. XXVIII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação. **Anais...** UERJ, 2005. p. 1-17.

MACHADO, A. A.; BRANDÃO, M. R. G. Performance esportiva de adolescentes: influências psicológicas externas. **Motriz**, Rio Claro, v.12, n.3, p.262-268, set/dez, 2006.

MCCLELLAND, D. **The achieving society**. New York: Free Press, 1961.

MORAN, J. M.; MASETTO, M. T.; BEHRENS, M. A. **Novas tecnologias e mediação pedagógica**. Papirus, Campinas, 2000.

NICHOLLS, J. Achievement motivation: conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. **Psychological Review**, Washington, v. 91, p. 328-346, 1984.

NUNES, C. R. O.; JAQUES, M.; ALMEIDA, F. B.; HEINECK, G. I. U. Processos e intervenções psicológicas em atletas lesionados e em reabilitação. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**. São Paulo, v.3, n.4, jan/jun, 2010.

ONWUEGBUZIE, J. B.; TURNER, L. A. Toward a definition of mixed methods research. **Journal of Mixed Methods Research**. v. 1, n.2, p. 112-133. 2007.

ONWUEGBUZIE, A. J.; BUSTAMANTE, R. M.; NELSON, J. A. Mixed Research as a Tool for Developing Quantitative Instruments. **Journal of Mixed Methods Research**. v.4, n.56, 2010.

PAIXÃO, A. F.; ALMEIDA, D. G.; MAGALHÃES, A.R.; FREITAS, D. O. Redes Sociais e Educação: O Facebook enquanto um espaço com potencialidades para o ensino superior de matemática?, II Congresso Internacional TIC e Educação. Bahia. **Anais...** Bahia: UFB, 2012. p.16-24.

PESSONI, A. Uso da rede social Facebook como ferramenta de comunicação na área de educação em saúde: estudo exploratório produção científica da área - 2005 a 2011. **Revista eletrônica de comunicação informal inovadora em saúde**, Rio de Janeiro, v.6, n.4, dez, 2012.

REBUSTINI, F.; CALABRESI, C. A. M.; SILVA, A. B.; MACHADO, A. A. Efeito imediato de duas intensidades de treinamento sobre os estados de humor em jovens voleibolistas do sexo feminino. **EFDeportes**. Revista Digital. Buenos Aires, ano.10, n.80, 2005.

RECUERO, R. **A conversação em rede**. Comunicação mediada pelo computador e redes sociais na internet. Sulina, 2012.

RIBEIRO, F. Incidência de lesões no voleibol: acompanhamento de uma época desportiva. **Arquivos de Fisioterapia- A Revista Portuguesa de Fisioterapia**, Porto, v.1, n.3, p.29, 2007.

RIBEIRO, R. N.; COSTA, L. O. P. Análise epidemiológica de lesões no futebol de salão durante o XV Campeonato Brasileiro de Seleções Sub 20. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte** [online]. v.12, n.1, pp. 1-5. 2006.

ROCHA, P. J.; MONTARDO, S.P. Netnografia:: incursões metodológicas na cibercultura. **Revista da Associação Nacional dos Programas de Pós Graduação em Comunicação**, p.2-22, 2005.

SAKAMOTO, M.; PARCESEPE, R.; BOJIKIAN, J. C. M. A contribuição da intervenção psicológica na recuperação do atleta de voleibol lesionado. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v.7, n.3, 2008.

SCANLAN, T. K. The Sport commitment model: measurement development for the youth-sport domain. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, Morgantown, v. 15, p. 16-38, 1993.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2007.

VELOSO, S.; PIRES. A. P. A Psicologia das lesões desportivas: importância da intervenção psicológica. **Revista Portuguesa de Fisioterapia no Desporto**, Oporto, v.1, n.2, julho, 2007.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Psicologia do Esporte e do Exercício**. Artmed. 2 ed. Porto Alegre. 2001.

ZANETTI, M. C.; LAVOURA, T. N.; MACHADO, A. A. Motivação no esporte infanto juvenil. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v.6, n.especial, p.438-447, jul, 2008.

ANEXOS

ANEXO A – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
“JÚLIO DE MESQUITA FILHO”
 Campus de Rio Claro



DECISÃO CEP Nº 086/2013

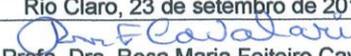
Instituição: UNESP – IB – CRC	Departamento: Educação Física
Protocolo nº: 2032 Data de Registro CEP: 04.04.13	
Projeto de Pesquisa: “Lesões em atletas de voleibol da cidade de Rio Claro/SP: uma análise da motivação”	

Pesquisa Individual	Pesquisador Responsável: -.-
	Colaboradores: -.-
Pesquisa Alunos de Graduação	Pesquisador Responsável: -.-
	Orientando(a): -.-
Pesquisa Alunos de Pós-Graduação	Pesquisador Responsável: Luciana Botelho Ribeiro
	Orientador: Afonso Antonio Machado

Objetivo Acadêmico:	<input type="checkbox"/> TCC <input checked="" type="checkbox"/> Mestrado <input type="checkbox"/> Doutorado <input type="checkbox"/> Outros – (especificar)
---------------------	---

O Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Biociências da UNESP – Campus de Rio Claro, em sua 60ª reunião ordinária, realizada em 17, 19 e 23/09/2013.	
(x)	Aprovou o Projeto de Pesquisa acima citado, ratificando o parecer emitido pelo relator.
()	Desde que atendidas as pendências apontadas na reunião (vide anexo), aprova o Projeto de Pesquisa acima citado.
()	Referendou o Projeto de Pesquisa acima citado.
()	Aprovou retornar ao interessado para atendimento das pendências encontradas (prazo máximo de 60 dias):
()	Não Aprovou.
()	Retirou , devido à permanência das pendências .
()	Aprovou o Projeto de Pesquisa acima citado e o encaminha , com o devido parecer, para apreciação da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa- CONEP/MS , por se tratar de um dos casos previstos no capítulo VIII, item 4.c.

→ **“Formulário para Acompanhamento dos Protocolos de Pesquisa Aprovados”**
 Data de Entrega: **Março de 2014**

Rio Claro, 23 de setembro de 2013.
 Prof. Dra. Rosa Maria Feiteiro Cavalari Coordenadora do CEP

ANEXO B- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - (TCLE)

(Conselho Nacional de Saúde, Resolução 196/96)

Eu, Luciana Botelho Ribeiro, portadora do RG: MG10068729, matriculada no curso de Pós Graduação (Desenvolvimento Humano e Tecnologias) da Universidade Paulista Júlio de Mesquita Filho-UNESP, sob orientação do professor Dr. Afonso Antonio Machado, venho através deste convidá-lo (a) a participar desta pesquisa intitulada “Lesões em atletas de voleibol da cidade de Rio Claro/SP: uma análise da motivação” com objetivo de avaliar a motivação de atletas lesionados e após a coleta dos dados construir um material que auxilie os técnicos na análise e intervenção psicológica na equipe melhorando o desempenho de seus atletas em treinamentos e jogos.

No esporte as pessoas estão mais vulneráveis às instabilidades físicas e psicológicas e assim vemos a necessidade de estudar a fundo fatores que interferem no indivíduo e na sua equipe durante jogos e treinamentos. Assim, justificamos esse trabalho como uma maneira de investigar o nível motivacional de atletas de voleibol por meio das novas tecnologias (netnocultura), que hoje nos oferece uma oportunidade a mais de pesquisa, coleta de dados e intervenção, além de repassar os conhecimentos e resultados dos nossos estudos as equipes e aos atletas de maneira que estes possam reprogramar treinos e acompanhamentos adequadamente.

Será realizada uma pesquisa netnográfica, onde serão avaliados indivíduos atletas de voleibol que tenham sofrido lesão. Inicialmente faremos contato com os técnicos da equipe explicando os objetivos e intenções da pesquisa. Assim serão explicados de todos os procedimentos da pesquisa. Após, os voluntários assinarão o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido-TLCE enviado ao pesquisador. Serão contatados apenas atletas que declararem haver sofrido lesão esportiva.

Ao início da coleta o atleta responderá uma ficha de anamnese, com informações pessoais necessárias para pesquisa e responderá o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física - IMPRAFE-54. Faremos a

avaliação através da internet, com objetivo de facilitar o acesso aos atletas e ganho de tempo.

Os riscos mínimos da participação da pesquisa serão a possibilidade de um constrangimento, devido a sua exposição no grupo em rede social, mas será acompanhado e minimizado de forma a não haver comprometimento mais sério. O Laboratório de Estudos e Pesquisa em Psicologia do Esporte oferece suporte profissional e acadêmico que garanta tal conforto ao participante.

Após a coleta, esta equipe terá um retorno com um banco de dados montado pelo pesquisador, ao final do estudo, informando os resultados da pesquisa e ainda possíveis maneiras de intervenção na motivação e prevenção de lesões por excesso de treinamento. Todos os dados coletados ficarão sob responsabilidade dos pesquisadores e serão divulgados da maneira adequada, em eventos científicos-acadêmicos e na dissertação de Mestrado, sempre preservando a identidade dos dados.

Você como voluntário da pesquisa poderá abandoná-la quando quiser, sem exigência alguma de permanência obrigatória. Se você se sentir suficientemente esclarecido sobre essa pesquisa, seus objetivos, eventuais riscos e benefícios, convido-o (a) a assinar este Termo, elaborado em duas vias, sendo que uma ficará com o Sr(a). e outra com o pesquisador(a) .

Nome:

Documento de identidade:

Sexo:

Data de nascimento:

Endereço:

Telefone para contato:

Título do Projeto: **“Lesões em atletas de voleibol da cidade de Rio Claro/SP: uma análise da motivação”**

Pesquisador Responsável: Luciana Botelho Ribeiro

Cargo/função: Aluna de pós graduação- mestrado

Instituição: Universidade Paulista Júlio de Mesquita Filho- UNESP

Endereço: Av. 24ª, 1515, Bela Vista DEF-IB- LEPESPE

Dados para Contato: fone (35)9184 2223 e-mail: lulu_bribeiro@hotmail.com

Orientador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

Instituição: Universidade Paulista Júlio de Mesquita Filho- UNESP

Endereço: Departamento de Educação Física-IB- LEPESPE

Dados para Contato: fone (19) 3526 4322 e-mail: afonsoa@gmail.com

ANEXO C – Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF- 54)

INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO À PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA

Este inventário visa conhecer melhor as motivações que o levam a realizar (ou o mantém realizando) atividades físicas. As afirmações (ou itens) descritas abaixo podem ou não representar suas próprias motivações. Indique, de acordo com a escala abaixo, o quanto cada afirmação representa sua própria motivação para realizar uma atividade física. Note que, quanto maior o valor associado a cada afirmação, mais motivadora ela é para você. Responda todas as questões de forma sincera, não deixando nenhuma resposta em branco.

- 1 – Isto me motiva pouquíssimo
 2 – Isto me motiva pouco
 3 – Mais ou menos – não sei dizer – tenho dúvida
 4 – Isto me motiva muito
 5 – Isto me motiva muitíssimo

Responda, na Folha de Respostas, as seguintes afirmações iniciadas com:

Realizo atividades físicas para...

- | | |
|---|--|
| <p>1</p> <p>1. diminuir a irritação.
 2. adquirir saúde.
 3. encontrar amigos.
 4. ser campeão no esporte.
 5. ficar com o corpo bonito.
 6. atingir meus ideais.</p> <p>3</p> <p>13. ficar mais tranquilo.
 14. manter a saúde.
 15. reunir meus amigos.
 16. ganhar prêmios.
 17. ter um corpo definido.
 18. realizar-me.</p> <p>5</p> <p>25. diminuir a angústia pessoal.
 26. viver mais.
 27. fazer novos amigos.
 28. ganhar dos adversários.
 29. sentir-me bonito.
 30. atingir meus objetivos.</p> <p>7</p> <p>37. descansar.
 38. não ficar doente.
 39. brincar com meus amigos.
 40. vencer competições.
 41. manter-me em forma.
 42. ter a sensação de bem estar.</p> <p>9</p> <p>49. ter sensação de repouso.
 50. viver mais.
 51. reunir meus amigos.
 52. ser o melhor no esporte.
 53. ficar com o corpo definido.
 54. realizar-me.</p> | <p>2</p> <p>7. ter sensação de repouso.
 8. melhorar a saúde.
 9. estar com outras pessoas.
 10. competir com os outros.
 11. ficar com o corpo definido.
 12. alcançar meus objetivos.</p> <p>4</p> <p>19. diminuir a ansiedade.
 20. ficar livre de doenças.
 21. estar com os amigos.
 22. ser o melhor no esporte.
 23. manter o corpo em forma.
 24. obter satisfação.</p> <p>6</p> <p>31. ficar sossegado.
 32. ter índices saudáveis de aptidão física.
 33. conversar com outras pessoas.
 34. concorrer com os outros.
 35. tornar-me atraente.
 36. meu próprio prazer.</p> <p>8</p> <p>43. tirar o stress mental.
 44. crescer com saúde.
 45. fazer parte de um grupo de amigos.
 46. ter retorno financeiro.
 47. manter um bom aspecto físico.
 48. me sentir bem.</p> |
|---|--|

ANEXO D- Google Docs® - Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF- 54)

Meu disco - Google Drive x Formulário sem título - G: x

← → https://docs.google.com/forms/d/1aw4cHADY7r9Ry3ThrKZiykG2xLJ_6ttxBzLibce8lk/edit

Formulário sem título ★

Arquivo Editar Visualizar Inserir Respostas (32) Ferramentas Ajuda

Luciana Botelho ▾ Enviar formulário

Tema... Ver respostas Ver formulário publicado

Página 1 de 1

INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA REGULAR DE ATIV

Eu, Luciana Botelho Ribeiro, matriculada no curso de Pós Graduação (Desenvolvimento Humano e Tecnologias) da Universidade Paulista Júlio de Mesquita Filho-UNESP, sob orientação do professor Dr. Afonso Antonio Machado, venho através deste convidá-lo (a) a participar desta pesquisa intitulada "Lesões em atletas de voleibol: uma análise da motivação" com objetivo de avaliar a motivação de atletas lesionados e após a coleta dos dados construir um material que auxilie os técnicos na análise e intervenção psicológica na equipe melhorando o desempenho de seus atletas em treinamentos e jogos.

Faremos a avaliação através da internet, com objetivo de facilitar o acesso aos atletas contactando-os para coleta de dados. Todos os dados coletados ficarão sob responsabilidade dos pesquisadores e serão divulgados da maneira adequada, em eventos científicos-acadêmicos e na dissertação de Mestrado, sempre preservando a identidade dos dados. Você, como voluntário da pesquisa, poderá não querer participar, de modo a não responder o questionário abaixo.

Pesquisador Responsável: Luciana Botelho Ribeiro
Cargo/função: Aluna de pós graduação- mestrado
e-mail: lulu_bnbeiro@hotmail.com

Orientador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado
Instituição: Universidade Paulista Júlio de Mesquita Filho- UNESP
Endereço: Departamento de Educação Física-B- LEPEspe
Dados para Contato: fone (19) 3526 4322 e-mail: afonsoa@gmail.com

Título do Projeto: "Lesões em atletas de voleibol da cidade de Rio Claro/SP: uma análise da motivação"

Este inventário visa conhecer melhor as motivações que o levam a realizar (ou o mantém realizando) atividades físicas. As afirmações (ou itens) descritas abaixo podem ou não representar suas próprias motivações. Indique, de acordo com a escala abaixo, o quanto cada afirmação representa sua própria motivação para realizar uma atividade física. Note que, quanto maior o valor associado a cada afirmação, mais motivadora ela é para você. Responda todas as questões de forma sincera, não deixando nenhuma resposta em branco.

1 – Isto me motiva pouquíssimo

Meu disco - Google Drive x Formulário sem título - G: x

← → https://docs.google.com/forms/d/1aw4cHADY7r9Ry3ThrKZiykG2xLJ_6ttxBzLibce8lk/edit

Formulário sem título ★

Arquivo Editar Visualizar Inserir Respostas (32) Ferramentas Ajuda

Luciana Botelho ▾ Enviar formulário

Tema... Ver respostas Ver formulário publicado

Responda as seguintes afirmações iniciadas com: Realizo atividades físicas para...

	1- Isto me motiva pouquíssimo	2- Isto me motiva pouco	3- Mais ou menos - não sei dizer - tenho dúvida	4- Isto me motiva muito	5- Isto me motiva muitíssimo
Diminuir a irritação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Adquirir a saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Encontrar amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ser campeão no esporte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ficar com o corpo bonito	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Atingir meus ideais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ter sensação de repouso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Melhorar a saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estar com outras pessoas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Competir com os outros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ficar com o corpo definido	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>