

UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
DEPARTAMENTO ACADÊMICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

IZABELA CRISTINE MARTINS DE SOUZA

**NATAÇÃO: PERMANÊNCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR
NO ESTADO DO PARANÁ**

CURITIBA

2019

IZABELA CRISTINE MARTINS DE SOUZA

**NATAÇÃO: PERMANÊNCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR
NO ESTADO DO PARANÁ**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à disciplina de TCC2, do Curso de Bacharelado em Educação Física, do Departamento Acadêmico de Educação Física, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Gilmar Francisco Afonso
Coorientadora: Prof.^a Esp. Mônica Schwarz

CURITIBA

2019



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Câmpus Curitiba
Diretoria de Graduação e Educação Profissional
Departamento de Educação Física
Bacharelado em Educação Física



TERMO DE APROVAÇÃO

Natação: Permanência de mulheres atletas da categoria sênior no Estado do Paraná

Por

Izabela Cristine Martins de Souza

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) foi apresentado em 19 de novembro de 2019 como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharelado em Educação Física. O candidato foi arguido pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho **aprovado**.

Prof. Dr. Gilmar Francisco Afonso
Orientador

Prof. Esp. Monica Schwarz
Coorientadora

Profa. Ms. Josiette Barchik Lunkmoss Dall'Acqua
Membro titular

Prof. Ms. Fabio Mucio Stinghen
Membro titular

* O Termo de Aprovação assinado encontra-se na coordenação do curso.

RESUMO

SOUZA, Izabela Cristine Martins. **Natação: permanência de mulheres atletas da categoria sênior no Estado do Paraná**. 49 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Bacharelado em Educação Física. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2019.

A natação é um esporte cíclico, praticado em meio líquido, os benefícios de sua prática podem ser observados no sistema cardiorrespiratório e na capacidade motora de seus praticantes. É uma modalidade individual, exigindo grande capacidade de concentração e motivação para continuidade. Nota-se crescente diminuição na quantidade de atletas do sexo feminino a partir dos 20 anos de idade na modalidade de natação. Desta forma, o presente estudo tem por objetivo identificar quais os principais motivos de permanência de atletas do sexo feminino da categoria Sênior na natação competitiva no Estado do Paraná. Trata-se de um estudo quali-quantitativo, classificado com descritivo transversal. Aplicou-se questionário a 10 atletas de natação pertencentes à categoria Sênior, média de idade 23,3 anos (DP \pm 2,72), registradas na Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos, no Estado do Paraná. Os dados coletados foram tabulados e analisados, utilizando a literatura pesquisada. As participantes realizam treinamento na piscina com duração de 2 horas ao dia, a frequência semanal de treino varia de 2 a 5 vezes na semana, conforme cada participante, algumas das participantes realizam treinamento complementar fora d'água como: pilates, corrida e musculação. As principais lesões identificadas nas participantes são em ombros, tendinites e bursites, e joelhos, bursites e tendinites patelares. A maioria das participantes recebe incentivo financeiro de bolsa atleta, destas uma recebe apoio financeiro de pessoa jurídica. Mais da metade das participantes possui outra forma de rendimento financeiro. Todas as participantes da pesquisa possuem ensino médio completo, mais da metade cursa graduação, e algumas já possuem graduação concluída, e desta uma encontra-se com uma especialização em andamento. Foram identificados como principais fatores para a permanência no esporte a busca pela superação de resultados, o incentivo financeiro gerado através do recebimento de bolsa atleta, assim como a motivação de viajar para participar de campeonatos. Identificamos como principais motivações para a permanência das atletas o apoio positivo recebido pela família, pelos amigos e pelo treinador das participantes.

Palavras-chave: Natação. Motivação. Mulheres atletas. Categoria Sênior.

ABSTRACT

SOUZA, Izabela Cristine Martins. **Swimming: athletes women residence at senior category in State of Paraná**. 49 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Bacharelado em Educação Física. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2019.

Swimming is a cyclic sport, practiced in the water. its benefits can be observed in the cardiopulmonary system and motor capacity by practitioners. It is an individual modality, which requires high concentration and motivation to be continued. Also, there has been an increasingly reduction in the amount of female athletes, with over 20 years old in the swimming modality. This study proposes to identify the main reasons why female athletes at senior category in swimming competitions in the state of Paraná continue doing this sport. That is a cross-sectional, qualitative and quantitative study. The questionnaire was applied to 10 swimmers, senior category, aged $23,3 \pm 2,72$ (mean \pm SD), registered in the Brazilian Aquatics Sports Confederation, in the state of Paraná. The data were collected, tabulated and analysed, using review of literature. The participants practice swimming 2 - 5 times a week, often with different sections for each participant, and each training has 2 hours. Some participants make complementary training outside water, e.g.: pilates, running and weight training. The mean injuries found in the participants are in their shoulders, tendinitis and bursitis, and in their knees, bursitis and patellar tendinitis. Most participants receive financial incentive by governmental programs, and some athletes receive a company supports. Over half of the participants have other financial return. Every research participant has finished high school. Over half of them are taking an undergraduate course, some of them have already graduated and one student is in a graduation course. The main factors identified for their permanency at sport were: to overcome the results, the financial incentive offered by the government and travel to competitions. Also, the main motivations identified for the athletes' permanency in the sports were: family's support, friend's support and coach's support.

Keywords: Swimming. Motivation. Women athletes. Senior Category.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Categorias oficiais da natação em 2019.....	8
Tabela 2 – Análise descritiva do perfil das participantes do estudo (n=10)	28
Tabela 3 – Análise descritiva da participação em campeonatos (n=10)	29

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Motivos de continuação a participar de campeonatos	30
Gráfico 2 – Nível de relevância na motivação exercida pela família	30
Gráfico 3 - Nível de relevância na motivação exercida pelo(a) treinador(a).....	31
Gráfico 4 - Nível de relevância na motivação exercida por amigos(as)	31
Gráfico 5 - Nível de relevância na motivação exercida por receber premiação (medalhas).....	32
Gráfico 6 - Nível de relevância na motivação exercida por premiação monetária (bolsa atleta/patrocínios)	32
Gráfico 7 - Nível de relevância na motivação exercida pela estética	33

LISTA DE QUADRO

Quadro 1 - Respostas à questão: “Gostaria de relatar algo sobre continuar participando de campeonatos de natação?”	34
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
1.1	PROBLEMA.....	9
1.2	OBJETIVO GERAL.....	9
1.2.1	Objetivo(s) Específico(s)	9
1.3	JUSTIFICATIVA	9
2	REFERENCIAL TEÓRICO.....	11
2.1	NATAÇÃO	11
2.2	ESPORTE E SOCIDADE	12
2.3	MULHER E ESPORTE.....	12
2.4	COMPETITIVIDADE.....	14
2.5	SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.....	15
2.5.1	Fisiologia	15
2.5.2	Fatores Psicológicos	16
2.6	EMOÇÃO.....	17
2.6.1	Motivação	17
2.6.2	Teoria das emoções por Norbert Elias e Eric Dunning	20
3	METODOLOGIA DE PESQUISA.....	23
3.1	TIPO DE ESTUDO	23
3.2	PARTICIPANTES	23
3.2.1	Critérios de Inclusão.....	24
3.2.2	Critérios de Exclusão.....	24
3.3	INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS.....	24
3.3.1	Instrumentos.....	24
3.3.2	Procedimentos.....	25
3.4	RISCOS E BENEFÍCIOS.....	26
3.5	ANÁLISE DOS DADOS.....	26
4	RESULTADOS.....	28
5	DISCUSSÃO	35
6	CONCLUSÃO	39
	REFERÊNCIAS	41
	APÊNDICE 1 - QUESTIONÁRIO	45

1 INTRODUÇÃO

A natação é uma prática esportiva que teve sua origem nos primórdios da existência humana, pessoas que habitavam margens de lagos, rios, mares tinham a pesca como meio de sobrevivência, pois conseguiam obter alimentos para alimentar suas tribos (LEWIN, 1983).

No mundo contemporâneo à prática esportiva pode ser considerado um dos maiores fenômenos sociais, sendo de suma importância o conhecimento do treinador sobre os fatores motivacionais de os atletas se dedicarem a carreira esportiva, sendo os principais motivos: habilidade motora/saúde, socialização e cooperação (BASTOS; SALGUERO; MÁRQUEZ, 2006).

Goellner (2005) destaca que as oportunidades e condições de acesso à participação em práticas corporais e esportivas não são igualitárias para homens e mulheres, até mesmo o valor de premiações e a visibilidade originada pela mídia são desiguais, estando a mulher em desvantagem inclusive nas áreas de gestão, administração e parte técnica do esporte.

A natação competitiva no Brasil é gerenciada pela Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos, fundada em 21 de outubro de 1977, e é filiada à Federação Internacional de Natação. Cada um dos 27 estados possui uma Federação, responsável local pelo gerenciamento da natação, no Paraná sua representante é à Federação de Desportos Aquáticos do Paraná.

A natação competitiva no Brasil é dividida em categorias, a Confederação segue como critério o ano de nascimento dos praticantes para que possa ser determinado à que categoria pertence os praticantes, as categorias oficiais da natação no ano de 2019 estão contidas na tabela 1.

Tabela 1 – Categorias oficiais da natação em 2019

Categoria	Idade (anos)	Ano de nascimento
Mirim 1	09	2010
Mirim 2	10	2009
Petiz 1	11	2008
Petiz 2	12	2007
Infantil 1	13	2006
Infantil 2	14	2005
Juvenil 1	15	2004
Juvenil 2	16	2003
Júnior 1	17	2002
Júnior 2	18/19	2001/2000
Sênior	20 ou mais	1999 em diante

Fonte: Confederação Brasileira de Desportes Aquáticos (2019)

Na temporada de 2018, a Federação Paranaense contabilizou 798 atletas confederados, sendo 483 do sexo masculino e 315 do sexo feminino. Destes 48 são da categoria sênior, subdividindo-se em 35 do sexo masculino e 13 do sexo feminino.

No ano de 2019 até o mês de julho, a Federação Paranaense contabilizou 787 atletas confederados, 474 do sexo masculino e 313 do sexo feminino. Destes 55 são da categoria sênior, subdividindo-se em 40 do sexo masculino e 15 do sexo feminino. Comparando os atletas confederados da categoria sênior nos anos de 2018 e 2019, nota-se a baixa a quantidade de atletas nesta categoria. Observa-se menor a quantidade de mulheres, tanto no número total de atletas, quanto na categoria sênior.

Darido e Farinha (1995) apresentam como ideias conflitantes as seguintes relações comumente discutidas na área da Educação Física e Esporte: se a criança começar cedo em uma atividade esportiva, ela irá se cansar cedo, enquanto que outros defendem: que quanto mais cedo à criança inicia a prática de treinamento esportivo, melhor será seu desempenho.

Observa-se menor concentração de mulheres em várias modalidades esportivas. Na categoria sênior da natação, faixa etária a partir de 20 anos, nota-se

número reduzido de atletas filiados, sobretudo destaca-se o número diminuto de atletas do sexo feminino. Diante do exposto foi formulado o problema de pesquisa.

1.1 PROBLEMA

Quais os motivos de permanência de atletas do sexo feminino da categoria Sênior na natação competitiva no Estado do Paraná?

1.2 OBJETIVO GERAL

Analisar os motivos de permanência de atletas do sexo feminino da categoria Sênior na natação competitiva no Estado do Paraná.

1.2.1 Objetivos Específicos

- a) Determinar quais os fatores de permanência na natação competitiva.
- b) Identificar quais os fatores motivacionais de permanência na natação competitiva.
- c) Elencar possíveis lesões musculo esqueléticas decorrente da prática de natação competitiva.
- d) Verificar a rotina de treino das atletas da categoria Sênior na natação competitiva no Estado do Paraná.

1.3 JUSTIFICATIVA

A autora pratica natação desde os primeiros meses de idade, sendo que o esporte sempre esteve presente em sua vida, participou de campeonatos de natação durante seis anos, chegando a defender a Seleção Paranaense em campeonato Nacional. Atua como árbitra de natação no Estado do Paraná, desde 2014, integra o quadro de arbitragem em competições estaduais e nacionais. Escolheu o curso de educação física, influenciada pelo esporte, mais especificamente, a natação, sendo este o objeto de estudo do presente trabalho.

No âmbito do esporte competitivo no estado do Paraná, sobretudo na modalidade de natação observa-se a diminuição na quantidade de atletas do sexo feminino em categorias de maior idade, principalmente na categoria Sênior com faixa etária a partir de 20 anos. A partir do exposto decidiu-se investigar quais os

possíveis motivos que leva a parcela ativa de atletas desta categoria a permanecer na modalidade.

Observou-se na literatura a existência de trabalhos de pesquisa referentes a atletas de natação competitiva, de ambos os sexos, e de alto rendimento. Ferreira et al. (2012) apresenta estudo com nadadores brasileiros que participaram de alguma competição internacional e estiveram entre os oito melhores nadadores no ranking nacional, em sua prova principal no ano de 2010. Não foi observado um estudo específico sobre a permanência de mulheres da categoria sênior.

O trabalho justifica-se pela contribuição e desenvolvimento da literatura acadêmica nesta temática. Desta forma o trabalho de pesquisa identifica os principais fatores motivacionais para atletas do sexo feminino, da categoria Sênior a permanecer no âmbito competitivo da modalidade de natação no Estado do Paraná.

Do ponto de vista social o trabalho contribui para que técnicos e dirigentes de equipes/clubes de treinamento da modalidade de natação possam ter conhecimento sobre os motivos de permanência no esporte e utilizem-se dessa informação a fim de motivar atletas sobre a aderência a prática esportiva em categorias de maior idade como Junior e Sênior na modalidade de natação. Esta pesquisa gera contribuição às grandes áreas de conhecimento sendo relevante para as grandes áreas da educação física e do esporte.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 NATAÇÃO

O homem aprendeu a sustentar-se sobre a água naturalmente, seguindo seu instinto e por meio da observação de animais (DUARTE, 2000). Nos primórdios da existência humana para sobrevivência era necessário transpor a água, ultrapassando rios, por exemplo, para que assim pudessem caçar, pescar e alcançar novos lugares, desenvolvendo-se novas formas de locomoção, dentre elas o ato de nadar (LEWIN, 1983; NORONHA, 1985).

Algumas pinturas egípcias e desenhos em cavernas asiáticas, datados pré-históricos, indicam a natação difundida entre os povos primitivos, sendo representados diversos estilos de braçadas utilizadas para locomoção no meio líquido, isto é dentro d'água (LEWIN, 1983).

Platão, importante filósofo grego, dizia que “o homem que não sabe nadar não é educado” (DUARTE, 2000). Na Grécia antiga a prática da natação foi incorporada como parte da educação, sendo indispensável a sua população saber ler, escrever e nadar. Nos Jogos Ístmicos, eram realizadas competições de natação, estes jogos eram realizados em homenagem a Poseidon, na mitologia grega o deus do mar, diante de seu templo no Cabo Surion, Atenas (RAMOS, 1982; NORONHA, 1985).

A natação é uma das atividades físicas mais recomendadas, é uma atividade física que pode ser realizada por pessoas das mais variadas idades e que possuam muita ou pouca experiência nesta prática, melhora o condicionamento físico e a força muscular, importante na fortificação e tonificação dos músculos das vias respiratórias, contribuindo para o aspecto neuromotor dos praticantes (EVANS, 1971; LIMA, 2009).

Segundo Evans (1971) o corpo encontra maior resistência na realização de exercícios quando realizados n'água, se comparada à resistência encontrada em exercícios do meio terrestre, desta forma melhora-se a resistência muscular e coordenação dos praticantes, proporcionando benefícios sobre vários aspectos da vida do praticante, melhorando o bem-estar emocional e mental dos praticantes.

Ferreira et al. (2012) em estudo com nadadores brasileiros de alto rendimento, destacam como as principais habilidades mentais dos nadadores: autoconfiança, capacidade de relaxamento, controle de estresse e ansiedade,

estabelecimento de metas, focalização, planejamento e motivação, sendo estas habilidades importantes para a melhora de rendimento durante as fases de treinamento e competição.

Dentre as nadadoras brasileiras merece destaque Maria Lenk, com 17 anos foi à primeira mulher brasileira a disputar os Jogos Olímpicos, Los Angeles 1932, primeira atleta sul-americana a estabelecer um recorde mundial na natação em 1939, e primeira mulher a pertencer ao Conselho Nacional de Esportes (RAMOS, 1982; NORONHA, 1985).

O ombro é sede frequente de lesões nos esportes competitivos (EJNISMAN et al., 2001), sendo um tipo de lesão bastante comum na natação. Segundo Weinberg e Gould (2008) as lesões no esporte são decorrentes de fatores físicos, tais como: desequilíbrios musculares, colisões, treinamento excessivo e fadiga muscular, podendo também estar relacionada a fatores psicológicos.

2.2 ESPORTE E SOCIEDADE

Conforme afirma a Carta Internacional da Educação Física, da Atividade Física e do Esporte (UNESCO, 1978), todo ser humano tem o direito fundamental de acesso ao esporte, podendo desenvolver habilidades físicas, psicológicas e de bem-estar, por meio deste. Devendo ser apoiado por todos os governos e todas as organizações ligadas ao esporte e à educação.

Garcia (2007) define esporte como uma atividade que acontece em determinado tempo e determinado local, isto é, um fenômeno temporal e topográfico. Segundo teoria de Hebert Haag (1983 apud TUBINO, 2002) o esporte é uma forma específica de comportamento do movimento humano, sendo caracterizado por suas finalidades e seus objetivos, as participações em tempos e locais comprovam a sua relevância social central. Ainda segundo Haag, o esporte tem diversidade sociocultural relacionada a condições geográficas que compreendem a variabilidade do fenômeno esportivo.

2.3 MULHER E ESPORTE

O artigo 1 da Carta Internacional da Educação Física, da Atividade Física e do Esporte (UNESCO, 1978), destaca que é um direito de toda menina e de toda mulher ter oportunidades iguais de participar em todos os níveis e funções de

supervisão e decisão no esporte, seja para fins recreativos, para a promoção da saúde ou para o alto rendimento esportivo. Desta forma elucidando a importância e espaço para que mulheres atuem como treinadoras esportivas.

A existência de alguns mitos sobre a fragilidade da mulher nas práticas esportivas sociais e competitivas se dá pela falta de conhecimento e questionamentos sobre o biótipo e capacidade das mulheres em suportar intensos esforços físicos. Através da constante busca feminina por espaço e reconhecimento no esporte, gradativamente as mulheres foram se impondo em esportes individuais, coletivos e de combate, e cada vez mais ocupam lugares que antes eram exclusivamente masculinos (COZAC, 2013).

O Brasil tem sua estreia Olímpica em 1920, Antuérpia-Bélgica, onde participou em provas das modalidades de natação, remo, polo aquático, saltos ornamentais e tiro ao alvo. O Brasil teve sua delegação composta apenas por atletas homens. Nos Jogos Olímpicos de Los Angeles, EUA, em 1932 é que o Brasil tem em sua delegação a primeira atleta mulher a defender o país, a nadadora Maria Lenk (GOELLNER 2005). Conforme reportagem da Rede Nacional do Esporte, com apenas 17 anos, a nadadora paulista, disputou nos Jogos de Los Angeles as provas dos 100 metros livre, 100 metros costas e a prova dos 200 metros peito, onde conquistou o 8º lugar.

Segundo o site da ESPN (2016), a delegação brasileira de natação dos Jogos Olímpicos de 2016 foi composta por 33 atletas, destes 22 homens e 11 mulheres. A quantidade de mulheres desta edição é apenas a metade da quantidade de atletas masculinos. Em outras edições dos Jogos, podem ser observados números diminutos de mulheres quando comparado ao de homens compondo a delegação.

Souza e Knijnik (2007), afirmam que a mídia exerce papel fundamental na construção de mitos esportivos, criando e reforçando ou até mesmo destruindo heróis esportivos transmitindo eventos e realizações de atletas, sendo que estudos internacionais mostram que a mídia privilegia homens quando comparado a mulheres em coberturas esportivas. Em análise de publicações realizadas pela Folha de São Paulo a respeito de esportes masculinos e femininos entre os anos de 2002/2003, Souza e Knijnik (2007) identificam que em grande parte das publicações esportivas a mulher é retratada de forma diminuta quando comparada aos homens que praticam o mesmo esporte. Destaca que as mulheres são pouco retratadas pela

mídia, apesar do aumento de mulheres que competem e alcançam sucesso no esporte.

Goellner (2005) destaca que as oportunidades e condições de acesso à participação em práticas corporais e esportivas não são igualitárias para homens e mulheres, até mesmo o valor de premiações e a visibilidade originada pela mídia são desiguais, estando à mulher em desvantagem inclusive nas áreas de gestão, administração e parte técnica do esporte.

2.4 COMPETITIVIDADE

A competição é um processo composto pela integração de múltiplos aspectos, ela faz com que o atleta enfrente desafios, lidando com aspectos individuais e situacionais, onde estão presentes adversários, árbitros, técnicos, torcida, fatores locais e climáticos, competir pode em alguns casos gerar uma considerável fonte de estresse, isto pode variar de acordo com os atributos físicos, técnicos e psicológicos de cada atleta (ROSE JUNIOR, 2002).

Competição pode ser definida como o ato de procurar ganhar o que outra pessoa está se esforçando para obter, ao mesmo tempo. Desta forma o individuo busca desempenhar-se para alcançar seu objetivo sem preocupação com outrem (ORLICK, 1978).

A família, sobretudo os pais possuem papel de grande importância para o desenvolvimento esportivo de atletas de alto rendimento, auxiliando-os a encontrarem a própria identidade e um ambiente favorável no contexto das práticas esportivas (BLOMM, 1985 apud NUNOMURA; OLIVEIRA, 2014; SIMÕES; BÖHME; LUCATO, 1999). No entanto o grau excessivo de exigência, pressão e intervenção demasiada adotada pelos pais que submetem seus filhos, a se tornarem bons atletas visando o desempenho esportivo pode tornar o apoio nocivo ao desempenho dos atletas, muitas vezes resultando em abandono precoce do esporte (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2014; SIMÕES; BÖHME; LUCATO, 1999; VOSER et al., 2017).

Singer (1982) estimou com base em todos os esportes e na média dos melhores anos de desempenho, analisando os recordes quebrados, que o melhor estado fisiológico e melhor desempenho de capacidades motoras em mulheres se dá em torno de 20 anos.

2.5 SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

Singer (1982) afirma que as diferenças fisiológicas, bioquímicas e anatômicas entre homens e mulheres torna maior a probabilidade de homens atingirem melhor desempenho em atividades físicas, quando comparados às mulheres. Com o passar do tempo e com a busca por igualdade de oportunidades para ambos os sexos, as mulheres vêm ganhando espaço e oportunidades nas atividades esportivas, em algumas modalidades com treinamento e motivação homens e mulheres alcançam resultados muito similares e cita atletas de natação, ainda em fase adolescente, já presentes no âmbito Olímpico.

2.5.1 Fisiologia

Os diferentes estilos de nado na natação fazem com que os praticantes realizem exercícios que requerem amplo controle de movimento, deste modo, recrutando diferentes habilidades motoras. Ao praticar exercícios, com exposição ao sol, ar e água resultam diferentes atuações do organismo humano. Um bom preparo físico promove melhor habitabilidade, estabilidade e resistência do organismo a fatores ambientais nocivos, tais como frio ou calor excessivo (LEWIN, 1983).

A temperatura corporal tende a ser igual em ambos os sexos, porém mulheres atletas costumam alcançar seus limites durante o treinamento em menor temperatura ambiental, sendo assim mais resistentes a fatores relacionados ao clima (COZAC, 2013). Mulheres apresentam capacidades superiores a de homens quando comparado o desempenho em provas de resistência, cita a travessia do Canal da Mancha, Europa, sendo realizada em menor intervalo de tempo por mulheres, devido ao acúmulo de gordura no tecido subcutâneo, proporcionando isolamento térmico auxiliando sua performance apesar da temperatura baixa da água (GUYTON, 1988).

A quantidade e qualidade das atividades físicas praticadas não apresenta resultado igual para todos os seus praticantes, visto que fatores hereditários, experiências acumuladas e fatores ambientais farão com que haja resultados diferentes a cada indivíduo ainda que tenham sido submetidos ao mesmo tipo e quantidade de treino (SINGER, 1982).

2.5.1.1 Sistema energético

A Adenosina trifosfato ou ATP é um composto químico formado a partir da energia liberada pelos alimentos, o ATP é armazenado nas células, sobretudo nos músculos, decorrente da liberação de energia gerada pela desintegração deste composto torna possível o trabalho desempenhado pelas células (FOX; FOSS; KETEVIAN, 2000).

Na natação em provas com distância de até 100 metros é utilizado principalmente o sistema energético de glicose anaeróbica (GUYTON, 1988), este sistema é predominante em provas com duração de até 60 segundos (MAGLISCHO, 1999). Nesta via o ATP é resintetizado dentro do músculo, causando uma desintegração incompleta do carboidrato (glicólise) para ácido láctico, não faz uso de oxigênio, proporciona fornecimento rápido de ATP, leva a produção de ácido láctico, que causa fadiga muscular (FOX; FOSS; KETEVIAN, 2000).

Em provas com distância a partir de 400 metros, onde estão as provas de 800 e 1500 metros a principal via metabólica utilizada é o sistema aeróbio (GUYTON, 1988), a utilização de oxigênio em seu processo leva à maior produção de ATP, nesta via metabólica a etapa de oxidação do glicogênio é 'saltada', segundo Maglischo (1999), ainda assim ocorre a produção de uma pequena quantidade de ácido láctico nos músculos, permitindo assim melhor manutenção do sistema muscular durante o exercício (MAGLISCHO, 1999; FOX; FOSS; KETEVIAN, 2000).

As provas de 200 metros são compostas por uma parte pelo sistema energético de glicose anaeróbica e uma parte pelo sistema aeróbio, pois a duração da prova varia de acordo com cada participante (MAGLISCHO, 1999).

2.5.2 Fatores Psicológicos

Svoboda e Patriksson (1996 apud SIMÕES; BÖHME; LUCATO, 1999) afirmam que a socialização proporcionada pelas práticas esportivas é um fenômeno complexo, capaz de moldar o praticante através da causa (fama, bolsas de estudo) e das condições de prática (capacidade de rendimento), fazendo com que o praticante tenha sensações agradáveis e desagradáveis, visto as cobranças de resultados introduzidas pelo esporte espetáculo.

A participação sistemática e coletiva em esportes ajuda na formação da personalidade e do físico promovendo entretenimento entre seus participantes. O

treinador esportivo deve auxiliar seus atletas no desenvolvimento de habilidades técnicas, tem também como ferramenta auxílio aos atletas em questões de desenvolvimento da consciência social e a importância da vida em sociedade e respeito a outrem (LEWIN, 1983).

Simões, Böhme e Lucato (1999) afirmam que no processo de formação e desenvolvimento das habilidades esportivas é indispensável à orientação educacional, levando em consideração os aspectos psicossociais de comportamento e as exigências esportivas de potencialidade que são realizadas aos atletas. Ao praticar esporte o indivíduo fica exposto a situações de fracasso, no que diz respeito ao seu desempenho.

Com o intuito de competir o atleta precisa demonstrar estar preparado, destacando-se entre os demais colegas que praticam a mesma modalidade esportiva, passando por exigências sociais. Percebe-se exigência de aspectos físicos, técnicos, táticos e psicológicos bem desenvolvidos, visando sempre à obtenção dos melhores resultados (LIMA apud ROSE JR, 2002).

2.6 EMOÇÃO

2.6.1 Motivação

Motivação pode ser definida como a insistência em caminhar em direção a um objetivo, podendo haver uma busca em conquistar uma recompensa ou reconhecimento como incentivo à conquista (SINGER, 1982; VOSER et al., 2017). Segundo Sage (1977 apud WEINBERG; GOULD, 2008) motivação é a direção e intensidade do esforço. Paim (2001) afirma que a motivação é um dos elementos essenciais para o sucesso das relações ensino-aprendizagem, independente de qual conteúdo, ambiente ou momento que esteja sendo executado.

Para Barbanti (2011) motivação no esporte indica a vontade de agir em situações esportivas, sendo dividida em cognitiva onde estão presentes avaliações e expectativas ou em emocional quando envolve esperanças, medos, felicidade ou desapontamento durante ou depois de alguma atividade esportiva realizada. A motivação de orientação estimula efetivamente uma pessoa a se engajar em uma atividade.

Samulski (2009) conceitua motivação como um processo ativo intencional dirigido a uma meta, sendo este processo influenciado pela interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

Ainda segundo Samulski (2009), os fatores pessoais estão relacionados à tendência de o indivíduo procurar sucesso, vivenciando orgulho e satisfação, ou de evitar fracasso, sendo este marcado pela experimentação de vergonha e humilhação. É uma tendência de os indivíduos bem motivados buscarem pontos positivos e dos motivados ao fracasso buscarem pontos negativos nas situações. Em alguns casos, altos níveis de motivação nem sempre fazem com que um atleta fique em vantagem sobre outro, motivação em excesso pode ter resultados adversos na performance de atletas, por reagirem de maneiras diferentes a cada estímulo (VOSER et al., 2017).

A motivação extrínseca vem de outras pessoas, e acontece em duas formas positiva ou negativa. A motivação intrínseca vem de esforços em dominar e executar competentemente as ações propostas, sendo assim determinada principalmente por fatores psicológicos. O mundo esportivo oferece muitas recompensas extrínsecas, como prêmios, camisetas, jantares, entre outros. Os defensores destas recompensas consideram que isto aumenta a aprendizagem, a motivação e incentiva a participação (WEINBERG; GOULD, 2008). A motivação constitui um incentivo a alcançar um objetivo, pode ser também uma busca em conquistar uma recompensa ou reconhecimento (VOSER et al., 2017).

Singer (1982) alerta que motivação em excesso pode ser prejudicial, é necessário que o nível de motivação seja alinhado ao objetivo a ser alcançado, exemplifica que a natação por ser um esporte com combinação de movimentos e que busca desempenho atlético, a motivação, neste caso, deverá ser máxima. Recomenda que a motivação se apresente inversamente proporcional, conforme a especificidade e o nível de sofisticação da atividade a ser desempenhada, ou seja, quanto mais simples a atividade maior a motivação e quanto mais específica menor a motivação.

Segundo Hahn (1979, apud SAMULSKI, 2002) as características de dedicação, persistência e disciplina em atletas femininas se desenvolvem conforme as características do treinador. Os praticantes de natação percebem qual são as emoções que seus professores/técnicos emitem ao explicar e aplicar os exercícios das aulas/treinos, sendo que o aluno responde de forma semelhante à emoção

recebida (Lima 2009). A motivação para atletas de alto rendimento se caracteriza por duas orientações: procurar do êxito e evitar o fracasso, sendo que os atletas vencedores tendem a possuir maior motivação intrínseca (SAMULSKI, 2002). O técnico esportivo só poderá exigir de seus atletas alta motivação se este também estiver suficientemente motivado para realização das atividades, podendo através da confiança mútua melhorar os níveis de autoconfiança nos atletas (SAMULSKI, 2002).

O apoio familiar é de fundamental importância para o bom desenvolvimento da carreira esportiva de atletas em diversos países, sendo que Csikszentmihalyi, Rathunde e Whalen (1993 apud SAMULSKI, 2009) apontam dois processos fundamentais no que diz respeito ao apoio dado a atletas através da família: integração e diferenciação. Explicado por Samulski (2009) o processo de integração proporcionado pela família traz um sentimento de apoio e harmonia a seus filhos, resultando em segurança na convivência do lar, filhos confiantes que receberam apoio de seus pais quais sejam os resultados obtidos em determinada situação, em caso de assertividade ou falha, durante o esporte ou em outras áreas de sua vida. Já no processo de diferenciação, a família proporciona encorajamento a seus filhos onde estes devem procurar desafios e oportunidades durante o desenvolvimento de atividades no esporte, por exemplo, neste caso os pais possuem interesse em que seus filhos sejam independentes, desta forma tornando os filhos responsáveis por suas próprias decisões.

Segundo Bloom (1985 apud SAMULSKI, 2009) em estudo realizado com atletas que alcançaram altos níveis de performance, onde estavam inclusos nadadores olímpicos, foi observado que os pais exerciam importante influência sobre atletas. Tendo sido dividida em fases pode ser observado que nos anos iniciais de aprendizagem, são os pais que introduzem, incentivam e apoiam os filhos em uma área esportiva. Nos anos de experimentação, os pais continuam a influenciar de forma ativa seus filhos através do reconhecimento e incentivo á seu potencial esportivo. Nos anos de especialização, os pais continuam a incentivá-los emocionalmente, financeiramente e passam a realizar ajustes em suas rotinas diárias de compromisso a fim de possibilitar melhora no desenvolvimento de seus filhos no esporte. Nos anos de investimento, manutenção e aperfeiçoamento onde os filhos costumam apresentar resultados significativos em suas carreiras

desportivas os pais continuam a realizar incentivo emocional e financeiro, sendo estes cruciais para a permanência de seus filhos nos esportes.

2.6.2 Teoria das emoções por Norbert Elias e Eric Dunning

De acordo com Elias e Dunning (1992) o tempo das pessoas pode ser dividido em tempo do trabalho, no qual realizam atividades para ganhar a sobrevivência; e tempo livre, que é todo o tempo liberto das ocupações de trabalho, no qual se inclui atividades de lazer.

Elias e Dunning (1992) apresentam uma visão equivocada de acordo com a tradição; o trabalho pode ser classificado como de nível superior, tendo dever moral e um fim em si mesmo, já o lazer, classifica-se a um nível inferior, tendo caráter de preguiça e indulgência. Sendo geralmente relacionado ao prazer, o qual também possui avaliação negativa na escala de valores das sociedades indústrias (ELIAS; DUNNING, 1992).

As pessoas tendem a buscar em seu lazer sensações de excitação, sendo estas geralmente excitações agradáveis, porém estas excitações possuem algumas características em comum com excitações experimentadas em situações críticas como, por exemplo, sensações de medo, alegria, ódio, amor (ELIAS; DUNNING, 1992).

Pela falta de um termo sociológico específico, pode ser chamado de 'mimético' a ampla manifestação de excitação causada pela função geral das atividades de lazer. A satisfação gerada pelo lazer, ou a falta desta, pode ser de grande importância para o bem-estar das pessoas, embora o valor do lazer seja relativamente inferiorizado. As atividades de tempo livre podem ser divididas em cinco esferas diferentes: Trabalho privado e administração familiar; Repouso; Provimento das necessidades biológicas; Sociabilidade; e a categoria das atividades miméticas ou jogo, onde estão contidas as atividades de lazer (ELIAS; DUNNING, 1992).

Elias e Dunning (1992) relatam sobre o espectro do tempo livre pode ser distinguido em cinco esferas, sendo que o tempo livre é todo o tempo que não é destinado às obrigações de trabalho. Nas sociedades como as nossas, apenas uma parte do tempo livre pode ser votado às atividades de lazer (ELIAS; DUNNING, 1992).

Primeira esfera - trabalho privado e administração familiar; nesta categoria está presentes a maior parte das atividades familiares, a própria organização familiar a provisão da casa, transações financeiras pessoais, orientação dos filhos. Este espectro tende a ocupar mais tempo a medida que o padrão de vida se eleva, e este trabalho deve ser realizado independente de se gostar ou não (ELIAS; DUNNING, 1992).

Segundo esfera - repouso; esta relacionada a estar sentado e a futilidades sobre a casa, sendo o não fazer nada em particular e, acima de tudo, o dormir, pode ser considerada uma atividade do lazer, porém não se enquadra nas atividades miméticas como o desporto e o teatro (ELIAS; DUNNING, 1992).

Terceira esfera - provimento das necessidades biológicas; onde se enquadram as necessidades biológicas socialmente padronizadas como: comer e beber, defecar, fazer sexo e dormir. Sendo que estas atividades estão de certo modo submetidas à rotina, mas poderiam também ser realizadas sem rotina específica. Esta esfera por ser atrelada a mimética quando as atividades são realizadas de maneira não rotineira, comer fora de casa, por exemplo (ELIAS; DUNNING, 1992).

Quarta esfera - sociabilidade; pode evoluir desde uma sociabilidade muito formal até uma sociabilidade bastante informal, com escalas intermedias. Pode haver situações relacionadas com o trabalho tais como visitar colegas de trabalho, sair numa excursão com os colegas, assim como outras que não estão relacionadas com o trabalho, tais como ir a um bar, clube, restaurante ou festa, falar de futilidades com os vizinhos, estar com outras pessoas sem fazer nada de mais (ELIAS; DUNNING, 1992).

A quinta esfera é a das atividades miméticas ou jogo; possuem sobre este espectro numerosas investigações e discussões acerca das atividades aqui contidas, as atividades de lazer, tais como a ir ao teatro ou a um concerto, ir a corridas ou ao cinema, a caça, a pesca, fazer montanhismo, apostar, dançar ou ver televisão. As atividades deste tipo pertencem ao tempo livre e possuem o carácter de lazer, podendo o indivíduo tomar parte nas atividades como ator ou como espectador, onde o indivíduo não participa como uma ocupação, determinada por obrigação para se ganhar a vida, pois assim, deixaria de ser lazer e passaria a ser trabalho, ainda que fosse realizada como prazer e agradabilidade (ELIAS; DUNNING, 1992).

Para Elias e Dunning (1992) a excitação pode ser entendida como o condimento de todas as satisfações próprias dos divertimentos. Sendo que é comum falar sobre estrutura das fábricas ou da família, porém ainda não é habitual falar de lazer, conseqüentemente da excitação proporcionada por este. O lazer pode despertar emoções que podem ser experimentadas em outras situações que não as de lazer. Pode-se despertar medo e compaixão ou ciúme e ódio por simpatia com os outros, no caso de serem despertadas estas sensações no meio do lazer, não se torna perigoso ou perturbante para o indivíduo como as situações que as despertam na vida real.

A excitação mimética, segundo Elias e Dunning (1992) na perspectiva social e individual, é desprovida de perigo e pode ter um efeito catártico. Através das atividades miméticas os indivíduos tem a possibilidade de experimentar excitações sem causar danos à sociedade ou a si mesmo, sendo que as atividades miméticas são um espaço de tempo em local adequado para vivenciar e extravasar as emoções acumuladas durante o desenvolvimento do trabalho ou de outras atividades. As atividades de lazer, de forma simples ou complexa, em níveis baixos ou elevados, proporcionam o acontecimento de sentimentos agradáveis que geralmente estão ausentes nas suas rotinas habituais da vida dos indivíduos. Sendo que o indivíduo ao tratar de suas próprias atividades de lazer, as considera pelo seu próprio prazer e satisfação.

O mecanismo de alívio gerado pela realização das atividades permite a melhora das capacidades do indivíduo participante, proporciona relaxamento tanto para os indivíduos que atuem ativamente na atividade como esportista, quanto aos espectadores de um esporte, torcedor de futebol, por exemplo. A excitação gerada pelo envolvimento na atividade é o condimento de todas as satisfações próprias dos divertimentos. Porém ainda não se atingiu o momento em que seja um hábito falar de lazer (ELIAS; DUNNING, 1992).

3 METODOLOGIA DE PESQUISA

3.1 TIPO DE ESTUDO

O estudo realizado é quali-quantitativo, descritivo e realizado de forma transversal. É característica da pesquisa qualitativa abordagem de questões mais gerais para determinação do estudo, sendo de comum aplicação em escolas, ginásios e instalações esportivas. Sendo um forte aspecto da pesquisa qualitativa o conteúdo interpretativo. Os principais métodos de coleta de dados na pesquisa qualitativa são as observações, análises documentais, aplicações de entrevistas ou questionários, método utilizado no presente estudo. A limitação da aplicação de questionário é a de que os resultados se baseiam nas respostas obtidas através dos participantes, ficando limitado o estudo apenas as questões previamente elaboradas. Os dados de pesquisa qualitativa comumente são expressos por palavras e descrições, enquanto que os dados da pesquisa quantitativa são expressos por dados, tabelas e gráficos. A pesquisa quantitativa tem por característica a utilização de dados numéricos, e dados percentuais sendo os dados comumente apresentados em tabelas e gráficos. A pesquisa qualitativa pode também empregar aspectos quantitativos, sendo comuns inclusive estudos realizados com métodos mistos de análise. O estudo realizado de forma transversal indica que foi realizado em uma única coleta de dados com análise posterior (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2007). No presente estudo a pesquisa qualitativa é apresentada pelo referencial teórico utilizado para análise dos dados e a parte quantitativa está contida nos gráficos, descritos em porcentagem e referenciais teóricos utilizados para análise dos dados.

3.2 PARTICIPANTES

A pesquisa foi composta por 10 participantes do sexo feminino, atletas de natação competitiva, da categoria Sênior, que compreende faixa etária a partir de 20 anos, que possuem registro ativo na Federação de Desportos Aquáticos do Paraná, filiada à Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos.

3.2.1 Critérios de Inclusão

Foram selecionadas para participação na pesquisa, atletas do sexo feminino, que praticam a modalidade de natação e possuem registro ativo na Federação de Desportos Aquáticos do Paraná, e pertencem à categoria Sênior que compreende meninas nascidas no ano de 1999 ou anos anteriores.

3.2.2 Critérios de Exclusão

Indivíduos que não participaram da coleta de dados, ou seja, que não responderam ao questionário.

3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

3.3.1 Instrumentos

Para coleta de dados foi elaborado, pelos pesquisadores, um questionário on-line, através da ferramenta de Formulários da plataforma on-line Google, onde constaram perguntas relacionadas a fatores que influenciam/determinam a permanência das participantes no esporte competitivo. Através da aplicação do questionário, extraiu-se das participantes os motivos de permanência no esporte competitivo.

O questionário foi elaborado por perguntas de múltipla escolha, nivelamento de relevância e questões abertas, levou-se cerca de 4 minutos para preenchimento total do questionário.

Inicialmente foram coletados os dados gerais das participantes, tais como nome, data de nascimento, ano início na prática de natação e ano de início em campeonatos de natação, possibilitando identificar as participantes.

Foi questionado qual o motivo de início na prática da modalidade esportiva de natação. E se as participantes possuem algum tipo de lesão decorrente da prática esportiva. Foi verificada a frequência semanal de treinamento das participantes na piscina e se realizam treinamento complementar ao realizado dentro d'água como, por exemplo, treinamento aeróbico ou de musculação.

Verificou-se se através de uma pergunta onde as participantes poderiam escolher mais de uma opção, se elas recebem algum tipo de apoio financeiro para a prática esportiva, sendo dividido em três categorias: bolsa atleta, isto é apoio

financeiro oriundo do Governo seja ele Municipal, Estadual ou Federal, ou apoio financeiro oriundo de pessoa física ou jurídica.

Foi questionado qual o maior nível de campeonato que as participantes já haviam disputado sendo as opções de resposta: Campeonato Regional/Estadual; Campeonato Brasileiro de Categoria; Campeonato Brasileiro Absoluto; Campeonato Sul-Americano; Campeonato Pan-Americano; Campeonato Mundial e Jogos Olímpicos, qual a colocação obtida no campeonato e o ano em que ocorreu este campeonato, objetivando desta forma identificar a idade que a participante possuía no ano de maior relevância de participação em campeonatos.

Foram realizadas duas questões acerca das maiores motivações para continuar a competir, sendo uma de múltipla escolha e outra identificando o nível de relevância de algumas destas motivações.

Verificou-se qual(is) o(s) principal(is) motivo(s) de continuar a participar de campeonatos de natação, tendo como opções: saúde; estética; apoio da família; amizades; vocação; superação de resultados; viajar para campeonatos; prestígio social; rendimento financeiro. As participantes possuíam a opção de escolher uma ou mais alternativas nesta questão.

Foi questionada através do nivelamento de relevância a importância dos seguintes segmentos: família, treinador(a), amigos(as), receber premiações como medalhas, receber premiações monetária e estética, para participantes se sentissem motivadas em continuarem a competir. Cada um dos segmentos deveria receber uma nota de 1 a 5, sendo que 1 - nada relevante; 2 - pouco relevante; 3 - médio relevante; 4 - relevante e 5 - muito relevante.

Quanto ao nível de formação acadêmica das participantes, foi perguntado de forma não obrigatória, qual o maior grau de formação das mesmas. E se estas possuem alguma outra fonte de rendimento financeiro que não seja oriunda de patrocínio.

Ao final do questionário deixou-se uma pergunta aberta, de resposta não obrigatória onde as participantes podiam escrever livremente sobre continuar a participar de campeonatos de natação.

3.3.2 Procedimentos

Foram pesquisadas as entidades filiadas à Federação de Desportos Aquáticos do Paraná, clubes e equipes que possuíssem atletas ativas filiadas na

modalidade de natação, pertencentes à categoria Sênior. Posteriormente foi realizado contato com 08 clubes e equipes da modalidade de natação do Estado do Paraná, para que estes encaminhassem o questionário as possíveis participantes da pesquisa.

Através do questionário on-line as participantes foram convidadas a participar do estudo, tendo sido explicados os objetivos e procedimentos da pesquisa e da coleta de dados. As participantes autorizaram a coleta de dados por meio do Termo de Consentimento Livre Esclarecido, anexo ao questionário.

Após o término da aplicação dos questionários, os dados foram tabulados e analisados pelos pesquisadores utilizando a literatura pesquisada. Determinando assim os principais motivos de permanência de mulheres atletas da categoria sênior na natação competitiva, no Estado do Paraná.

3.4 RISCOS E BENEFÍCIOS

O presente estudo fez com que as avaliadas estivessem expostas a riscos mínimos de um possível constrangimento no momento de responder ao questionário, para minimizar estes riscos é garantido pelos pesquisadores o total anonimato dos participantes, sendo divulgados apenas os dados gerais da pesquisa. Não havendo dificuldades para responder ao questionário, pois este é composto por perguntas simples e referentes ao cotidiano das atletas.

Ao responder o questionário as atletas passaram por momento reflexivo, analisando sua própria carreira esportiva, e qualidade de vida, gerando assim uma reflexão sobre suas vontades e motivações quanto a permanecer na prática esportiva. Após a o término do trabalho, disponibilizamos as atletas o trabalho em sua versão final, sendo neste trabalho apresentados os dados e conclusão do estudo, tornando de conhecimento destas atletas, os motivos de permanência no esporte identificados na pesquisa.

3.5 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados quantitativos foram tabulados na planilha Excel e posteriormente realizou-se análise descritiva da amostra utilizando média e desvio padrão (DP). Os dados referentes à pesquisa realizada serão apresentados em tabelas e gráficos, contendo valores numéricos e percentuais, seguidos de uma leitura descritiva dos

mesmos. Os dados coletados através do questionário foram transcritos e analisados por meio da literatura pesquisa.

4 RESULTADOS

Pesquisa composta por 10 participantes com média de idade de 23,3 anos (DP \pm 2,72). As participantes começaram a praticar a natação em média aos 7,5 (DP \pm 2,69), e iniciaram a participação em campeonatos em média aos 10,5 anos (DP \pm 2,61), sendo que a competição de maior nível competitivo de sua carreira esportiva foi em média aos 16,7 anos (DP \pm 2,83). Os dados descritos estão contidos na tabela 2.

A frequência semanal atual de treino das participantes varia de 2 a 5 vezes na semana, conforme a disponibilidade de cada uma. O treinamento realizado é composto pela parte realizada na piscina, que possui duração de 2 horas ao dia. Das participantes da pesquisa, 08 realizam treinamento físico complementar ao realizado na piscina, tendo sido citada a atividade de treinamento aeróbico, corrida, pilates e musculação, conforme disposto na tabela 2.

Tabela 2 – Análise descritiva do perfil das participantes do estudo (n=10)

VARIÁVEIS	MÉDIA	DESVIO PADRÃO \pm
Idade (anos)	23,3	2,72
Idade início da prática de natação (anos)	7,5	2,69
Idade início participação em campeonatos (anos)	10,5	2,61
Idade na competição de maior nível competitivo (anos)	16,7	2,83
	n	%
Pratica outra atividade física (fora d'água)	08	80

n:participantes

Fonte: A Autora (2019)

As participantes têm como principal campeonato disputado na carreira esportiva: 4 participaram em Campeonatos nacionais de categoria, 3 participaram em Campeonato Sul Americano, 2 participaram em Campeonato Mundial e 1 participou dos Jogos Olímpicos. O ano de acontecimento dos campeonatos vai de 2008 a 2017, conforme participação de cada uma das participantes da pesquisa. Os dados descritos estão contidos na tabela 3.

Tabela 3 – Análise descritiva da participação em campeonatos (n=10)

VARIÁVEIS	n	%
Participação em Camp. Nacional de Categoria	04	40%
Participação em Camp. Sul Americano	03	30%
Participação em Camp. Mundial	02	20%
Participação em Jogos Olímpicos	01	10%

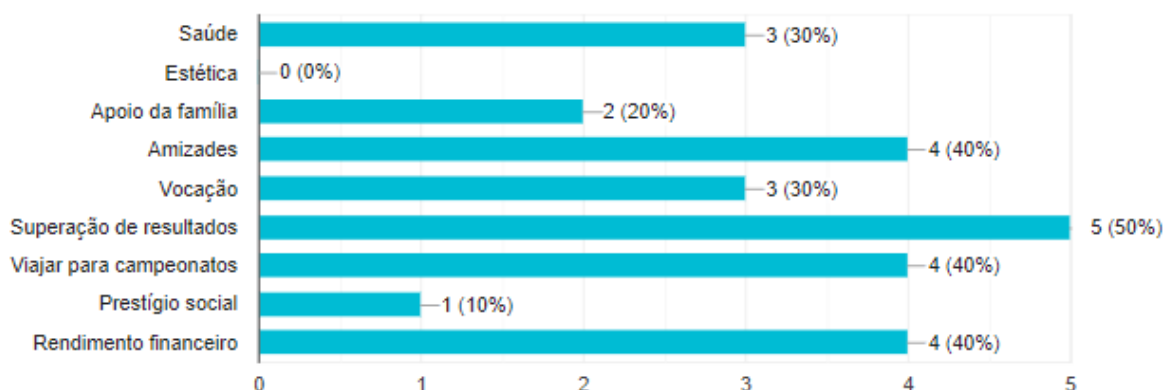
n: participantes Camp: Campeonato

Fonte: A Autora (2019)

Das participantes 60% relatam lesão no ombro, foram citadas diferentes patologias: síndrome do impacto do ombro, bursite e tendinite em alguns casos o acometimento se dá em ambos os ombros; 20% das participantes relatam lesão no joelho, onde foram citadas: tendinopatia patelar, tendinite e bursite. Uma das participantes apresenta lesões tanto no ombro, quanto no joelho; 30% indicam não possuir lesão decorrente do esporte.

Quando perguntado as participantes, qual(is) o(s) motivo(s) de participação em campeonatos de natação, obteve-se os dados contidos no gráfico 1, sendo que nesta pergunta as participantes poderiam assinalar mais de uma das alternativas de resposta. Para 50% das participantes o motivo é superação de resultados; para 40% amizade; 40% viajar para campeonatos; 40% rendimento financeiro; 30% vocação; 20% apoio familiar; 10% prestígio social; nenhuma das participantes assinalou a opção estética.

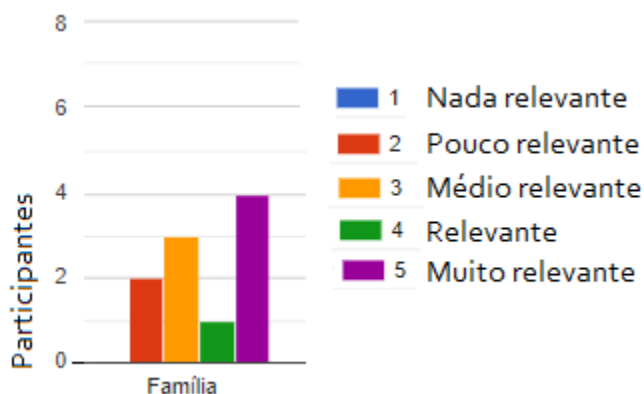
Gráfico 1 – Motivos de continuação a participar de campeonatos



Fonte: A Autora (2019)

Quando perguntado as participantes, qual o nível de relevância da motivação exercida pela família para a participação em campeonatos de natação, para 40% das participantes este apoio mostrou-se muito relevante, para 30% médio relevante, para 20% pouco relevante e para 10% relevante, conforme disposto no gráfico 2.

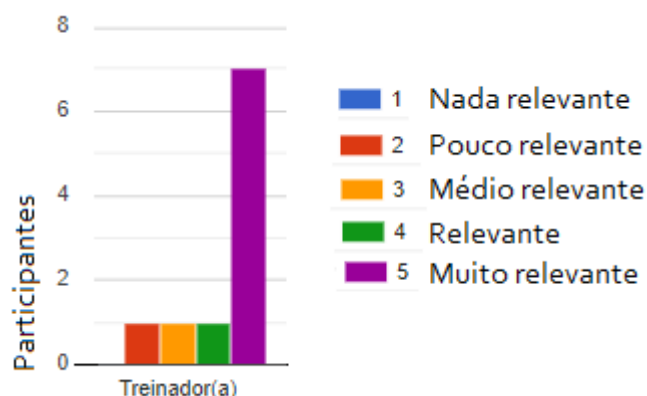
Gráfico 2 – Nível de relevância na motivação exercida pela família



Fonte: A Autora (2019)

Quando perguntado as participantes, qual o nível de relevância da motivação exercida pela pelo treinador(a) para a participação em campeonatos de natação, para 70% das participantes este apoio mostrou-se muito relevante, para 10% relevante, para 10% médio relevante e para 10% pouco relevante, conforme disposto no gráfico 3.

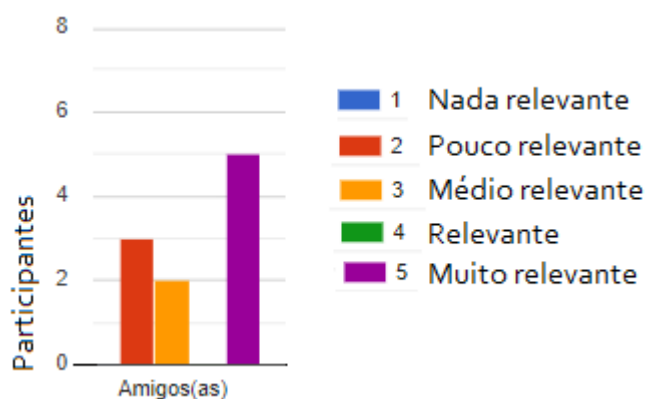
Gráfico 3 - Nível de relevância na motivação exercida pelo(a) treinador(a)



Fonte: A Autora (2019)

Quando perguntado as participantes, qual o nível de relevância da motivação exercida pela por amigos(as) para a participação em campeonatos de natação, para 50% das participantes este apoio mostrou-se muito relevante, para 30% pouco relevante e para 20% médio relevante, conforme disposto no gráfico 4.

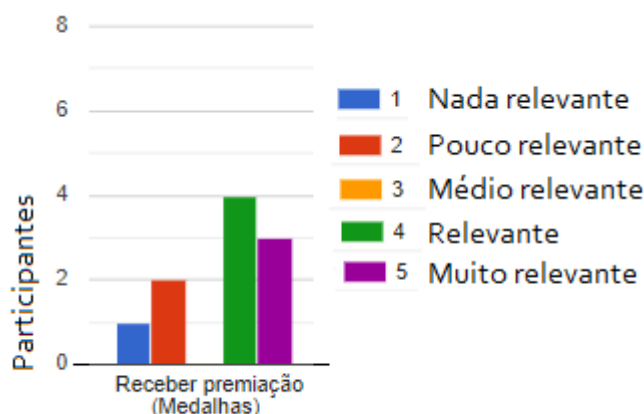
Gráfico 4 - Nível de relevância na motivação exercida por amigos(as)



Fonte: A Autora (2019)

Quando perguntado as participantes, qual o nível de relevância da motivação exercida pela por receber premiações de medalhas para a participação em campeonatos de natação, para 40% das participantes este apoio mostrou-se relevante, para 30% muito relevante, para 20% pouco relevante e para 10% nada relevante, conforme disposto no gráfico 5.

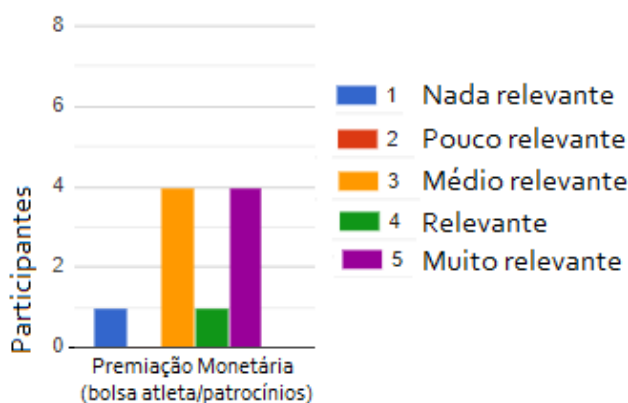
Gráfico 5 - Nível de relevância na motivação exercida por receber premiação (medalhas)



Fonte: A Autora (2019)

O nível de relevância da motivação exercida por receber premiações monetárias, bolsa atleta/patrocínios, para a participação em campeonatos de natação, para 40% das participantes este apoio mostrou-se muito relevante, para outros 40% médio relevante, para 10% relevante e para 10% nada relevante, conforme disposto no gráfico 6.

Gráfico 6 - Nível de relevância na motivação exercida por premiação monetária (bolsa atleta/patrocínios)



Fonte: A Autora (2019)

Das participantes da pesquisa 70% recebem bolsa atleta, sendo de origem do Governo Municipal, Estadual ou Federal, destas 10% recebe apoio financeiro oriundo de pessoa jurídica. Dentre as participantes 60% possui alguma fonte de rendimento financeiro, fora o patrocínio recebido através da modalidade esportiva.

O nível de relevância da motivação exercida pela estética, para a participação em campeonatos de natação, para 40% das participantes este apoio mostrou-se

nada relevante, para 20% relevante, para 20% médio relevante e para 20% pouco relevante, sendo que para nenhuma participante mostrou-se muito relevante, conforme disposto no gráfico 7.

Gráfico 7 - Nível de relevância na motivação exercida pela estética



Fonte: A Autora (2019)

Quanto ao nível de formação acadêmica das participantes, foi verificada através de uma pergunta, de resposta não obrigatória, a qual foi respondida por todas as participantes da pesquisa, sendo que todas possuem ensino médio completo, estando 60% das participantes com graduação em andamento e 40% com a graduação já concluída, sendo que destas 10% está com uma especialização em andamento.

Foram citados como motivos de início na prática: gostar de atividades n'água e do esporte (30%); motivo de saúde para início da prática (40%), algumas apresentavam problemas respiratórios; descrevem ter iniciado a prática esportiva por aprender a praticar algum esporte (20%) e prática da modalidade por influência familiar (10%).

Ao final do questionário a pergunta aberta: "Gostaria de relatar algo sobre continuar participando de campeonatos de natação?" de resposta não obrigatória, foi respondida por 03 das participantes, as respostas transcritas estão contidas no quadro 1.

Quadro 1 - Respostas à questão: “Gostaria de relatar algo sobre continuar participando de campeonatos de natação?”

Questão aberta: Gostaria de relatar algo sobre continuar participando de campeonatos de natação?	
Participante A	Porque acredito que ainda tenho capacidade de obter bons resultados, porém também gosto muito de estar participando das competições. Outro fator que me mantém é o apoio da minha família.
Participante B	Continuo a nadar por paixão, pois gosto muito de treinar e continuar me exercitando, então enquanto eu conseguir separar um tempo pra essa prática pretendo continuar. Além disso, apesar de muitas vezes ser difícil melhorar marcas é sempre uma motivação continuar competindo junto com a equipe, e, também, ter sempre um treinador que te apoie independente da fase que você possa se encontrar.
Participante C	Talvez pelo fato da natação competitiva estar na minha vida a muito tempo não consigo parar definitivamente. A sensação de competir é muito boa, mesmo não obtendo os mesmos resultados de "antigamente" ainda amo competir, amo o "espírito" de competição. Creio que ainda vai demorar para eu parar de competir!

Fonte: A Autora (2019)

5 DISCUSSÃO

De acordo com estudo realizado por Singer (1982) as mulheres costumam apresentar o melhor desempenho em torno dos 20 anos. Na presente pesquisa as participantes apresentaram média de idade de 16,7 anos (DP \pm 2,83) no ano de realização do(s) campeonato(s) de maior nível em sua carreira esportiva até o momento da pesquisa.

O ombro é sede frequente de lesões nos esportes competitivos (EJNISMAN et al., 2001), na presente pesquisa mais da metade das participantes (60%) relatam lesão em um ou ambos os ombros e 20% relataram acometimentos na região do joelho, corroborando com o estudo de Mello, Silva e José (2007) onde competidores de natação, média de idade 18,5 anos, apresentaram como principais regiões de lesão os ombros e joelhos e as principais lesões identificadas, foram tendinites e bursites, na região de ombros e tendinites, bursites e tendinites patelares, na região de joelhos, sendo igualmente as lesões citadas pelas participantes da presente pesquisa. As sobrecargas geradas pelo treinamento da natação são mais visíveis na região do ombro, indicando-se programas prevenção e acompanhamento de atletas de competição que tenham sido acometidos por estas patologias na natação (MELLO, SILVA E JOSÉ, 2007).

Para 40% das participantes da pesquisa o motivo de continuar a participar de campeonatos de natação é o rendimento financeiro, baseado na teoria de Elias e Dunning (1985) sugere-se que para estas participantes a competição tem características de trabalho e obrigação, devido à relação de ganhar a vida através disso ainda que a competição seja uma atividade de lazer neste contexto ela não é considerada como tal.

Para 50% das participantes o motivo de continuar a participar de campeonatos de natação é a superação de resultados, a busca pelo alcance de objetivos pode ser enquadrada na busca da excitação sugerida por Elias e Dunning (1985), onde os acontecimentos proporcionam sentimentos agradáveis que geralmente estão ausentes na rotina habitual da vida dos indivíduos, justificando assim os 40% das participantes que continuam a competir a fim de viajar para campeonatos e 40% pela motivação dos amigos.

Observou-se através dos resultados da pesquisa que o apoio motivacional recebido pela família é muito relevante para 40% das participantes e para 30%

médio relevante, conforme apontam Csikszentmihalyi, Rathunde e Whalen (1993 apud SAMULSKI, 2009) famílias com equilíbrio de integração e diferenciação são as que melhor proporcionam condições psicológicas para que seus filhos sejam atletas de sucesso. Através do relato de uma das participantes da pesquisa “[...] outro fator que me mantém é o apoio da minha família”, sugere que está recebendo apoio equilibrado de sua família, onde possivelmente estejam presentes características semelhantes às descritas na literatura, demonstrando quão importante é o apoio familiar, a participante citada possui bom rendimento na modalidade, demonstrado por três participações em Campeonatos Mundiais e tendo sido recentemente medalhista em Campeonato Nacional Absoluto da modalidade.

Ferreira e Moraes (2012) em estudo com nadadores brasileiros medalhistas olímpicos, na modalidade de natação, investigaram o apoio e as influências causadas pela família durante o desenvolvimento de suas carreiras esportivas, afirmando que a família exerceu importante influência financeira e motivacional na carreira esportiva dos atletas, sendo que ambas mais importantes no início e meio da carreira esportiva, e fase de ápice dos atletas observado maior na forma motivacional, quando comparado com o apoio financeiro. Corroborando com o observado na pesquisa realizada, onde a motivação oriunda da família se mostra muito ou médio relevante para a maioria das participantes, levando-as a permanecer competitivamente na modalidade.

Os resultados obtidos na presente pesquisa, acerca da motivação proporcionada pelo treinador esportivo, demonstra que para a maioria das participantes (70%) o apoio do treinador mostra-se muito relevante para continuidade na modalidade, Lima (2009) aponta a importância de o professor/técnico esportivo de natação, estar sempre atualizado quanto aos conceitos científicos desta prática isto é as técnicas e tipos de treinamento que podem ser aplicados aos atletas. Weinberg e Gould (2008) e Samulski (2002) destacam a influência dos técnicos através dos feedbacks realizados aos atletas, é muito positiva na melhora da motivação intrínseca, sendo que elogios e reconhecimento realizado são mais efetivos que declarações repreensivas e discriminadoras. Segundo Samulski (2002), o técnico esportivo deve ter sensibilidade para entender problemas de motivação no treinamento e na competição.

Para Hahn (1979, apud SAMULSKI, 2002) as mulheres tem maior dependência afetiva por parte de seu técnico, necessitando assim de maior suporte e feedback emocional oriundo do técnico durante a competição. O relato de uma das participantes “[...] ter sempre um treinador que te apoie independente da fase que você possa se encontrar.” destaca quão importante é a figura do treinador para continuidade na participação dos treinamentos e das competições, sendo que segundo Lima (2009) para uma boa comunicação entre técnico e praticante faz-se necessário o conhecimento de diferentes estratégias de comunicação, para que conforme a faixa etária do praticante, o técnico possa adaptar a fala, comumente jovens e adultos gostam de atenção e desafios. No caso da faixa etária pesquisada, as participantes apresentam média de idade de 23,3 anos, estão a todo tempo desafiando seus limites em busca de conquistar a melhor marca na competição. Weinberg e Gould (2008) apontam que para melhora da motivação os praticantes de determinada modalidade devem estabelecer metas de acordo com suas capacidades, o alcance de objetivos estabelecidos mostra competência e isto gera de forma positiva melhora da motivação intrínseca.

Para 50% das participantes da pesquisa, os amigos possuem influência muito relevante na motivação para continuação da prática competitiva, por meio de expressões positivas é possível motivar os colegas do próprio time (SAMULSKI, 2009), isto pode ser observado na declaração realizada por uma das participantes do estudo: “[...] apesar de muitas vezes ser difícil melhorar marcas é sempre uma motivação continuar competindo junto com a equipe [...]”, demonstrando que apesar de haverem dificuldades os incentivos recebidos de sua equipe, isto é, seus amigos motivam à participante em continuar a competir.

Segundo Samulski (2009) atletas podem experimentar sensações negativas quando outras pessoas, como companheiros de equipe, por exemplo, duvidam de suas capacidades e seus méritos, gerando assim uma influência negativa sobre seu desenvolvimento, para 30% das participantes da pesquisa os amigos mostram-se pouco relevante e para 20% médio relevante. O apoio dos amigos(as) para as participantes da presente pesquisa não demonstra ser um apoio muito relevante na motivação para permanência na nataação competitiva.

A motivação extrínseca contém fatores determinantes como prêmios concedidos após uma determinada ação realizada, tendo como exemplo: elogios, reconhecimento social, dinheiro, entre outros (SOUZA, 2006). Referente ao ganho

de medalhas, para 40% das participantes mostrou-se relevante, e para 30% muito relevante; receber premiação monetária mostrou-se para 80% muito e médio relevante, em iguais proporções. Possivelmente, a alta motivação em receber medalhas, deve-se ao fato de que quando atletas de alto rendimento conseguem medalhar em campeonatos importantes, passam a ter maior chance de conquistar bolsas atleta, ou patrocínios privados, pleiteados, uma vez que estas iniciativas se baseiam em resultados obtidos anteriormente. Sendo que a motivação externa faz com que o comportamento seja totalmente controlado por fontes externas ou coações, faz-se possível identificar através dos dados da pesquisa realizada que receber medalhas e premiação monetária tem relevância como fator motivador na continuidade da prática competitiva (WEINBERG e GOULD, 2008).

Conforme a teoria de Elias e Dunning (1985), onde os indivíduos buscam em seu lazer situações que proporcionem excitação, pode ser atrelada a declaração da participante C onde diz: “A sensação de competir é muito boa [...]” elucidando a sensação de excitação sentida pela prática da atividade de lazer, o competir. A declaração da participante B “[...] então enquanto eu conseguir separar um tempo pra essa prática pretendo continuar.”, mostra que a participante B pretende reservar uma parte de seu tempo livre para a prática da atividade de lazer, treinar e competir.

6 CONCLUSÃO

Concluimos com a realização do presente estudo que o treinamento realizado pelas participantes é composto pela parte realizada na piscina que tem duração de 2 horas ao dia, sendo que a frequência semanal de treino varia entre 2 a 5 vezes na semana, conforme cada participante. Algumas das participantes realizam também treinamento fora d'água como treinamento complementar, dentre as atividades foram citadas as práticas de pilates, corrida e musculação.

Foram identificadas as principais lesões decorrentes da prática de natação competitiva, sendo lesões nos ombros e joelhos, foram citadas tendinites e bursites, na região de ombros e bursites e tendinites patelares, na região de joelhos.

Das participantes da pesquisa a maioria recebe incentivo financeiro oriundo de bolsa atleta, destas uma recebe apoio financeiro oriundo de pessoa jurídica. Mais da metade das participantes possui outra forma de rendimento financeiro.

Notou-se, no panorama geral, um número diminuto de atletas do naipe feminino na categoria sênior, quando comparado ao número de atletas do naipe masculino. A categoria feminina está em ascensão, sendo que observou-se o aumento no número de atletas femininas da categoria sênior do ano de 2018 quando comparado com o ano de 2019. Apesar do número diminuto de nadadoras na categoria sênior, quando comparada ao número de nadadores da mesma categoria, a mulher esta conquistando um espaço maior na sociedade e no esporte.

Todas as participantes da pesquisa possuem ensino médio completo, mais da metade encontram-se cursando a graduação, sendo que algumas já possuem graduação concluída, e desta uma encontra-se com uma especialização em andamento.

Foram identificados como principais fatores para a permanência das atletas femininas da categoria Sênior, na modalidade de natação, no Estado do Paraná a busca pela superação de resultados, o incentivo financeiro gerado através do recebimento de bolsa atleta, assim como a motivação de viajar para participar de campeonatos. Identificamos como principais motivações para a permanência das atletas o apoio positivo recebido pela família, pelos amigos e pelo treinador das participantes.

Podem ser consideradas limitações do estudo o número reduzido de participantes, as perguntas com alternativas de resposta, onde não é possível que

as participantes relatem informações complementares, o que é possível em casos de entrevistas gravadas/filmadas, onde as participantes tem mais possibilidade de diálogo e conseqüentemente fornecem maiores informações. Sugere-se a continuidade de investigações acerca da motivação de participantes de outras categorias, bem como de outras modalidades.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, A.; SALGUERO, A.; MÁRQUEZ, S. Motivos para a participação esportiva em nadadores brasileiros. **Fitness & Performance Journal**. Rio de Janeiro v. 5, n. 6, Nov./Dez. 2006. p. 363-369. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/html/751/75117270005/>>. Acesso em: 01 dez. 2018.
- BARBANTI, Valdir José. **Dicionário de educação física e do esporte**. São Paulo: Manole, 3. ed., 2011. 496 p.
- BASTOS, Afranio de Andrade; SALGUERO, Alfonso; MÁRQUEZ, Sara. Motivos para a participação esportiva em nadadores brasileiros. **Fitness & Performance Journal**. Rio de Janeiro v. 5, n. 6, nov./dez. 2006. p. 363-369. Disponível em: <https://www.redalyc.org/html/751/75117270005/>. Acesso em: 01 dez. 2018.
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE DESPORTOS AQUÁTICOS. **Natação**. Disponível em: <http://www.cbda.org.br/cbda/>. Acesso em: 04 ago. 2018.
- COZAC, João R. L. **Psicologia do esporte: atleta e ser humano em ação**. São Paulo: Roca, 2013. 248 p.
- DARIDO, Suraya C.; FARINHA, Fernando K. Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta. **Revista Motriz**. São Paulo, v. 1, n. 1, p. 59-70, jun. 1995. Disponível em: http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/01n1/8_Suraya_form.pdf. Acesso em: 04 nov. 2018.
- DUARTE, Orlando. **História dos esportes**. São Paulo: Makron Books, 2000. 252 p.
- EJNISMAN, Benno et al. Lesões músculo-esqueléticas no ombro do atleta: mecanismo de lesão, diagnóstico e retorno à prática esportiva. **Revista Brasileira de Ortopedia**, São Paulo, v. 36, n. 10, p. 389-393, out. 2001. Disponível em: <http://rbo.org.br/detalhes/368/pt-BR/lesoes-musculo-esqueleticas-no-ombro-do-atleta--mecanismo-de-lesao--diagnostico-e-retorno-a-pratica-esportiva->. Acesso em: 23 out. 2019
- ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. **A busca da excitação**. Lisboa: Memória e Sociedade, 1992.
- ESPN - ENTERTAINMENT AND SPORTS PROGRAMMING NETWORK. **Lista de Atletas da Natação para a Olimpíada 2016**. 2016. Disponível em: http://www.espn.com.br/noticia/615125_fina-divulga-lista-de-atletas-da-natacao-para-a-olimpiada-brasil-tera-recorde-de-inscritos. Acesso em: 11 nov. 2018.
- EVANS, Janet. **Natação total**. São Paulo: Manole, 1971.
- FEDERAÇÃO DE DESPORTOS AQUÁTICOS DO PARANÁ. **Natação**. Disponível em: <https://www.cbdaweb.org.br/pr/> Acesso em: 27 out. 2019.

FERREIRA, Renato M.; MORAES, Luiz C. Influência da família na primeira fase de desenvolvimento da carreira de nadadores medalhistas olímpicos brasileiros. **Revista Motricidade**. Vila Real, v. 8, n. 2, p. 42-51 2012. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2012000200005. Acesso em: 24 out. 2019.

FERREIRA, Renato M. et al. Habilidades mentais de nadadores brasileiros de alto rendimento. **Revista Motricidade**. Vila Real, v. 8, n. 2, p. 946-955, 2012. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/2730/273023568119.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2018.

Ferreira, R.M.; Costa, V.T.; Penna, E.M.; Samulski, D.M; Moraes, L.C.C.A. Habilidades mentais de nadadores brasileiros de alto rendimento. **Revista Motricidade**, v. 8, núm. Supl. 2, 2012, pp. 946-955. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/2730/273023568119.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2018.

FOX, Edward L.; FOSS, Merle L.; KETEYIAN, Steven J. **Fox bases fisiológicas do exercício e do esporte**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000. 560 p.

GARCIA, Rui Proença. **Antropologia do esporte**. Rio de Janeiro: Shape, 2007. 157 p. ISBN 8585253606.

GOELLNER, Sivana V. Mulher e esporte no Brasil: Entre incentivos e interdições elas fazem história. **Revista Pensar a Prática**. Goiás, v. 8, n. 1, p. 85-100, 2005. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/106>. Acesso em: 26 fev. 2019

GUYTON, Arthur C. **Fisiologia humana**. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1988. 564 p.

LIMA, William Urizzi de. **Ensinando natação**. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2009.

LEWIN, G. **Natacion**, Madrid: Augusto Pilha Teleña, 1983. 258 p.

MAGLISCHO, Ernest. **Nadando o mais rápido possível**. 1. ed. São Paulo: Manole, 1999.

MELLO, Daniel N.; SILVA, Alexandre S.; JOSÉ, Fábio R. Lesões musculoesqueléticas em atletas competidores da natação. **Revista Fisioterapia em Movimento**. Curitiba, v. 20, n. 1, p. 123-127, jan./mar., 2007. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=ADOLEC&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=498271&indexSearch=ID>. Acesso em: 23 out. 2019.

NORONHA, Rômulo. **Nadar e preciso**. Rio de Janeiro: Marco Zero, 1985. 112p.

NUNOMURA, Myrian; OLIVEIRA, Mauricio S. A participação dos pais na carreira das atletas femininas de ginástica artística: a perspectiva dos técnicos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 28, n.1, p.125-134, 2014.

Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1807-55092014000100125&script=sci_abstract&lng=pt>. Acesso em: 02 nov. 2018.

ORLICK, Terry. **Vencendo a competição: como usar a cooperação**. São Paulo: Círculo do Livro, 1978.

PAIM, Maria C. C. Fatores Motivacionais e Desempenho no Futebol. **Revista da Educação Física/UEM**. Maringá, v. 12, n. 2, p. 73-79, 2. sem. 2001. Disponível em: <http://eduem.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/viewArticle/3748>. Acesso em: 03 nov. 2018.

RAMOS, Jayr J. **Os exercícios físicos na história e na arte: do homem primitivo aos nossos dias**. São Paulo: IBRASA, c1982. 348 p.

REDE NACIONAL DO ESPORTE. **Los Angeles-1932**. Maria Lenk: a desbravadora. Disponível em: <http://www.brasil2016.gov.br/pt-br/megaeventos/olimpiadas/o-brasil-nos-jogos/los-angeles-1932>. Acesso em: 13 mar. 2019.

ROSE JR, Dante. A competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 10, n. 4, p. 19-26, out. 2002. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/466/492>. Acesso em: 02 nov. 2018.

SAMULSKI, Dietmar Martin. **Psicologia do esporte: manual para educação física, psicologia e fisioterapia**. Barueri: Manole, 2002.

SAMULSKI, Dietmar Martin. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2 ed. São Paulo: Manole, 2009.

SIMÕES, Antonio C.; BÖHME, Maria T. S.; LUCATO, Sidimar. A participação dos pais na vida esportiva dos filhos. **Revista Paulista de Educação Física**. São Paulo, v. 13, n.1, p 34-45, jan./jun. 1999. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/viewFile/137758/133425>. Acesso em: 02 nov. 2018.

SINGER, Robert N. **Psicologia dos esportes: mitos e verdades**. 2. ed. São Paulo: Hasper e Row, 1982.

SOUZA, Juliana S. S.; KNIJNIK, Jorge D. A mulher invisível: gênero e esporte em um dos maiores jornais diários do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.21, n.1, p.35-48, jan./mar. 2007.

SOUZA, Neliane F. **A influência de fatores motivacionais na prática da natação**. 2006. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2006. Disponível em: <https://www.acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/48130/MONOGRRAFIA%20NELIANE%20FERREIRA%20DE%20SOUZA.pdf?sequence=1>. Acesso em: 04 nov. 2019.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5. ed. Rio Grande do Sul: Artmed, 2007.

TUBINO, Manoel J. G. **As teorias da educação física e do esporte: uma abordagem epistemológica**. 1. ed. Barueri: Manole, 2002.

UNESCO – ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO. **Carta Internacional da Educação Física, da Atividade Física e do Esporte**. 1978.

Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_por. Acesso em: 08 out. 2019.

VOSER, Rogério C. et al. A Motivação Para O Esporte: Um Estudo Descritivo Com Atletas Profissionais De Futebol. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, Edição Especial: Pedagogia do Esporte. São Paulo, v.9, n.35, p. 399-405, jan./dez. 2017.

Disponível em: <http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/539>. Acesso em: 04 nov. 2018.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008. 624 p.

APÊNDICE 1 - QUESTIONÁRIO

NATAÇÃO: PERMANENCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR NO ESTADO DO PARANÁ

NATAÇÃO: PERMANENCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR NO ESTADO DO PARANÁ

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

***Obrigatório**

1. Endereço de e-mail *

2. TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO Eu, IZABELA CRISTINE MARTINS DE SOUZA, estudante de graduação da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, RG nº 9.922.600-5, nº de matrícula 1507354, aplicarei o questionário com atletas Confederadas no Estado do Paraná (categoria sênior), para realização do Projeto de Pesquisa: NATAÇÃO - PERMANÊNCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR ANO 2019 NO ESTADO DO PARANÁ, que tem por objetivo analisar os motivos de permanência de atletas do sexo feminino da categoria Sênior na natação competitiva no Estado do Paraná. A pesquisa não proporcionará qualquer tipo de ou gratificação monetária ou indenização a suas participantes, sendo de livre escolha a participação. O pesquisador acima qualificado se compromete a: Obedecer às disposições éticas de proteger os participantes da pesquisa, garantindo-lhes total anonimato quanto aos dados coletados, sendo utilizados apenas os dados gerais da pesquisa, com intuito acadêmico, respeitando as Diretrizes de Ética da Pesquisa envolvendo Seres Humanos, nos termos estabelecidos na Resolução do Conselho Nacional de Saúde N°466/2012. *

Marque todas que se aplicam.

Concordo.

Dados das participantes

3. Nome Completo *

4. Data de Nascimento *

Exemplo: 15 de dezembro de 2012

5. Em que ano começou a prática de natação? *

Participação em Campeonatos

6. Em que ano começou a competir? *

7. Tem alguma lesão decorrente do esporte? Se sim, qual? *

NATAÇÃO: PERMANENCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR NO ESTADO DO PARANÁ

8. Qual o maior nível de Campeonato que já participou? *

Marcar apenas uma oval.

- Campeonato Regional/Estadual
- Campeonato Brasileiro de Categoria
- Campeonato Brasileiro Absoluto
- Campeonato Sul-Americano
- Campeonato Pan-Americano
- Campeonato Mundial
- Jogos Olímpicos

9. Em que ano aconteceu este Campeonato? *

10. Qual foi a melhor colocação obtida neste Campeonato? *

Marcar apenas uma oval.

- 1º
- 2º
- 3º
- 4º
- 5º
- 6º
- 7º
- 8º
- 9º ao 16º
- Mais que 17º

Rotina de treino

11. Qual motivo levou a iniciar a prática de natação? *

12. Atualmente, treina quantas vezes na semana? (treino na piscina) *

Marcar apenas uma oval.

- 1 - 2 vezes na semana
- 3 - 4 vezes na semana
- 5 vezes na semana
- 5 ou mais vezes na semana

NATAÇÃO: PERMANENCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR NO ESTADO DO PARANÁ

13. Realiza outro tipo de treinamento físico? Qual? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim Ir para a pergunta 13.
 Não Ir para a pergunta 15.

Treinamento físico - fora d'água

14. Qual?

15. Quantas vezes na semana?

Motivos para a participação em Campeonatos

16. Você continua a participar de campeonatos por: *

Marque todas que se aplicam.

- Saúde
 Apoio da família
 Viajar para campeonatos
 Vocação
 Rendimento financeiro
 Prestígio social
 Est tica
 Amizades
 Superação de resultados

17. Recebe algum tipo de apoio financeiro para a participa o em Campeonatos? *

Marque todas que se aplicam.

- Bolsa Atleta
 Patrocínio de Pessoa Física
 Patrocínio de Pessoa Jurídica
 Não recebe

18. Você tem algum rendimento financeiro? (que não seja patrocínio da oriundo da nata o)

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

Motiva o para competir

Em uma escala de 1 a 5, onde 1   pouco relevante e 5   muito relevante...

NATAÇÃO: PERMANENCIA DE MULHERES ATLETAS DA CATEGORIA SÊNIOR NO ESTADO DO PARANÁ

19. Para continuar a competir quão importante é a motivação de: *

Marcar apenas uma oval por linha.

	1	2	3	4	5
Treinador(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Família	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Premiação monetária (bolsa atleta/patrocínios)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Receber premiação (Medalhas)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estética	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Amigos(as)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Formação acadêmica

20. Qual seu maior grau de formação acadêmica?

Marcar apenas uma oval por linha.

	Completo	Incompleto	Em andamento
Ensino Fundamental	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ensino Médio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Graduação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Especialização	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mestrado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Doutorado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Continuo a nadar...

21. Gostaria de relatar algo sobre continuar participando de campeonatos de natação?

Powered by
 Google Forms