

Clara de Castro Fajardo

**VARIÁVEIS PSICOSSOCIAIS E O ESTUDO DA AUTOEFICÁCIA E DA
MOTIVAÇÃO EM ATLETAS PARALÍMPICOS: uma revisão narrativa de literatura**

Belo Horizonte

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional/ UFMG

2021

CLARA DE CASTRO FAJARDO

**VARIÁVEIS PSICOSSOCIAIS E O ESTUDO DA AUTOEFICÁCIA E DA
MOTIVAÇÃO EM ATLETAS PARALÍMPICOS: uma revisão narrativa de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado de Pós-Graduação em Fisioterapia da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial à obtenção do título de especialista em Fisioterapia Esportiva.

Orientadora: Profa. Dra. Andressa da Silva de Mello

Belo Horizonte

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional/ UFMG

2021

F175v Fajardo, Clara de Castro
2021 Variáveis psicossociais e o estudo da autoeficácia e da motivação em atletas paralímpicos: uma revisão narrativa de literatura. [manuscrito] / Clara de Castro Fajardo – 2021.
27 f.: il.

Orientadora: Andressa da Silva de Mello

Monografia (especialização) – Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

Bibliografia: f. 25-27

1. Esportes para deficientes. 2. Psicologia do esporte. 3. Motivação (Psicologia). I. Mello, Andressa da Silva de. II. Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional. III. Título.

CDU: 796:159,9



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

ESPECIALIZAÇÃO EM AVANÇOS CLÍNICOS EM FISIOTERAPIA



FOLHA DE APROVAÇÃO

VARIÁVEIS PSICOSSOCIAIS E O ESTUDO DA AUTOEFICÁCIA E DA MOTIVAÇÃO EM ATLETAS PARALÍMPICOS: uma revisão narrativa de literatura

CLARA DE CASTRO FAJARDO

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Banca Examinadora designada pela Coordenação do curso de ESPECIALIZAÇÃO EM AVANÇOS CLÍNICOS EM FISIOTERAPIA, do Departamento de Fisioterapia, área de concentração FISIOTERAPIA ESPORTIVA.

Aprovada em 20 de março de 2021, pela banca constituída pelos membros: Nayara Santos Silva e Bruno Alvarenga Soares.

Renan Alves Resende

Prof(a). Renan Alves Resende
Coordenador do curso de Especialização em Avanços Clínicos em Fisioterapia

Belo Horizonte, 20 de março de 2021

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao LAPREV e ao CTE por terem despertado em mim o interesse pela área da Fisioterapia Esportiva.

À UFMG, pelas oportunidades de contato com tantos profissionais inspiradores e tantas vivências enriquecedoras na minha formação.

Ao meu amigo Vitor, por ter estado ao meu lado em todos os momentos de alegria, realização profissional, e também de raiva e frustração, sempre me ouvindo e me motivando. Por ter me acompanhado no meu caminho desde a graduação e ser esse companheiro de profissão e de vida.

Aos meus colegas de turma, por tantas trocas e aprendizados compartilhados durante todos esses meses.

À minha família, por sempre me dispensar todos os recursos que precisei.

Aos professores coordenadores Renan e Anderson, por nos auxiliarem a concluir essa pós graduação com qualidade mesmo quando todo o contexto foi desfavorável. Vocês são inspirações e sou muito grata pela oportunidade de ter vocês no meu caminho.

À minha orientadora Andressa, pela compreensão nas leituras e por contribuir para o enriquecimento desse trabalho.

A eles e a todos os que estiveram ao meu lado e me apoiaram em minha caminhada profissional até aqui, meus mais sinceros agradecimentos!

RESUMO

Introdução: Embora a abordagem psicossocial de atletas tenha ganhado espaço no cenário esportivo, ainda é uma área de pouco estudo no contexto paralímpico. Dentre fatores psicossociais com possível relevância para esse cenário, destacam-se a autoeficácia e a motivação. Tais variáveis apresentam potencial influência sobre o desempenho dos atletas paralímpicos, sendo necessária atenção durante o treinamento esportivo. **Objetivo:** Revisar de forma narrativa o que há na literatura científica atualmente sobre fatores psicossociais do treinamento, em especial motivação e autoeficácia, dentro do contexto do esporte paralímpico. **Metodologia:** Foi realizada uma busca nos bancos de dados, plataformas e bibliotecas eletrônicas SciELO, LILACS, PubMed e MEDLINE, no período de janeiro a julho de 2020, com as palavras-chave “paralympic”, “motivation”, “self-efficacy”, “psychosocial variables”. Foram selecionados estudos realizados com atletas paralímpicos que abordassem motivação e/ou autoeficácia nos ambientes de treinamento e/ou competição desses atletas. **Resultados:** Foram encontrados 192 artigos. Após leitura dos títulos, resumos e textos na íntegra, foram selecionados 7 artigos para a escrita deste trabalho. **Conclusão:** O estudo de fatores psicossociais em atletas paralímpicos ainda é incipiente, especialmente no que tange as variáveis autoeficácia e motivação. Poucos são os estudos abordando essa temática e ainda são raros os instrumentos válidos para avaliação de tais aspectos. A autoeficácia e a motivação, contudo, mostram-se relevantes para o acompanhamento dos atletas paralímpicos, demonstrando potencial relação com outras variáveis do treinamento.

Palavras-chave: Avaliação. Atletas paralímpicos. Autoeficácia. Motivação.

ABSTRACT

Introduction: Although the psychosocial approach of athletes has gained space in the sports scene, it is still an area of little study in the Paralympic context. Among psychosocial factors with possible relevance to this scenario, self-efficacy and motivation stand out. Such variables have a potential influence on the performance of Paralympic athletes, requiring attention during sports training. **Objective:** To review in a narrative way what is currently in the scientific literature on psychosocial factors of training, especially motivation and self-efficacy, within the context of Paralympic sport. **Methodology:** A search was carried out in the databases, platforms and electronic libraries SciELO, LILACS, PubMed and MEDLINE, from January to July, with the keywords "paralympic", "motivation", "self-efficacy", " psychosocial variables". Were selected studies carried out with Paralympic athletes that addressed motivation and/or self-efficacy in the training and/or competition environments of these athletes. **Results:** 192 articles were found. After reading the titles, abstracts and texts in full, 7 articles were selected for the writing of this work. **Conclusion:** The study of psychosocial factors in Paralympic athletes is still incipient, especially with regard to the variables self-efficacy and motivation. There are few studies addressing this issue and valid instruments for evaluating such aspects are still rare. Self-efficacy and motivation, however, are relevant to the monitoring of Paralympic athletes, demonstrating a potential relationship with other training variables.

Keywords: Evaluation. Paralympic athletes. Self-efficacy. Motivation.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Fluxograma sobre o processo da seleção de artigos.....	11
---	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Dados gerais dos artigos selecionados	13
--	----

LISTAS DE SIGLAS E ABREVEATURAS

REBT – Terapia Racional Emotiva Comportamental

SDT – Teoria da Autodeterminação

LCI – Locus de Controle Interno

LCE – Locus de Controle Externo

SMS – Escala de Motivação Esportiva

EAGP – Escala de Autoeficácia Geral Percebida

PPP – Perfil Psicológico de Prestação

SEWM – Escala de Autoeficácia em Mobilidade com Rodas

SUMÁRIO

1. Introdução	08
2. Métodos.....	10
3. Resultados	12
4. Discussão	16
5. Conclusão	23
Referências	24

1 INTRODUÇÃO

O esporte paralímpico vem crescendo e ganhando espaço nas produções científicas nos últimos anos, com aumento significativo no número de publicações sobre a modalidade. Dentro dessa perspectiva, é esperado que muitos temas pertinentes a essa prática esportiva ainda não tenham sido explorados na literatura. Uma área ainda incipiente em pesquisas no campo paralímpico é o estudo de fatores psicossociais e seu impacto na realidade dos atletas paralímpicos. Dentro desses fatores, encontram-se a autoeficácia e a motivação.

Motivação, conforme definido por Samulski (1995)¹, “trata-se de um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta”, ou seja, é o que está por trás das escolhas dos cursos de ação, bem como da intensidade e da persistência dos esforços². A motivação diz respeito a energia, direção, persistência e equifinalidade - todos os aspectos de ativação e intenção³. Nesse sentido, a motivação é altamente valorizada por causa de suas consequências: a motivação produz³.

Outro conceito muito estudado nas teorias envolvendo a motivação é o da “autoeficácia”. Conforme definido por Bandura (1994)², autoeficácia refere-se às crenças do indivíduo sobre suas capacidades para produzir níveis adequados de desempenho capazes de influenciar eventos que afetam suas vidas. Em outras palavras, autoeficácia designa a crença de um indivíduo em suas próprias capacidades para mobilizar motivação, recursos cognitivos e cursos de ação necessários ao sucesso das ações em que se engajam. Um forte senso de eficácia aprimora a realização humana e o bem-estar pessoal de várias maneiras². Supõe-se que, ao se perceberem capazes de obter sucesso em suas atividades, os indivíduos tendem a apresentar melhores níveis de desempenho em relação àqueles que, contrariamente, julgam-se incapazes.

Autoeficácia pode ser um fator considerado na abordagem de treinamentos, pois indivíduos com índices elevados de autoeficácia tendem a apresentar melhores níveis de desempenho, ainda em treinamento, do que indivíduos com baixa autoeficácia^{4, 5}. Por se tratar de um construto dinâmico, composto por julgamentos que podem mudar ao longo do tempo em função da aquisição sistemática de novas informações e experiências⁶, a autoeficácia se apresenta como uma variável possível de ser abordada por equipes multidisciplinares no contexto esportivo, por exemplo, visando melhorias no enfrentamento do atleta diante de desafios inerentes

ao esporte. Em situações de treinamento, o relacionamento entre autoeficácia e escolha, esforço e persistência na realização da tarefa torna mais provável o estabelecimento de uma relação positiva entre autoeficácia e resultados de treinamento⁷.

Neste contexto, a necessidade de se investigar os níveis de motivação e autoeficácia de atletas paralímpicos, bem como a relação desses fatores psicossociais com as rotinas desses atletas, é importante, tendo em vista a potencial influência dessas variáveis no desempenho esportivo dessa população. O objetivo do presente estudo, portanto, foi revisar de forma narrativa o quanto e em quais aspectos fatores psicossociais do treinamento, como motivação e autoeficácia, vêm sendo estudados dentro do contexto do esporte paralímpico.

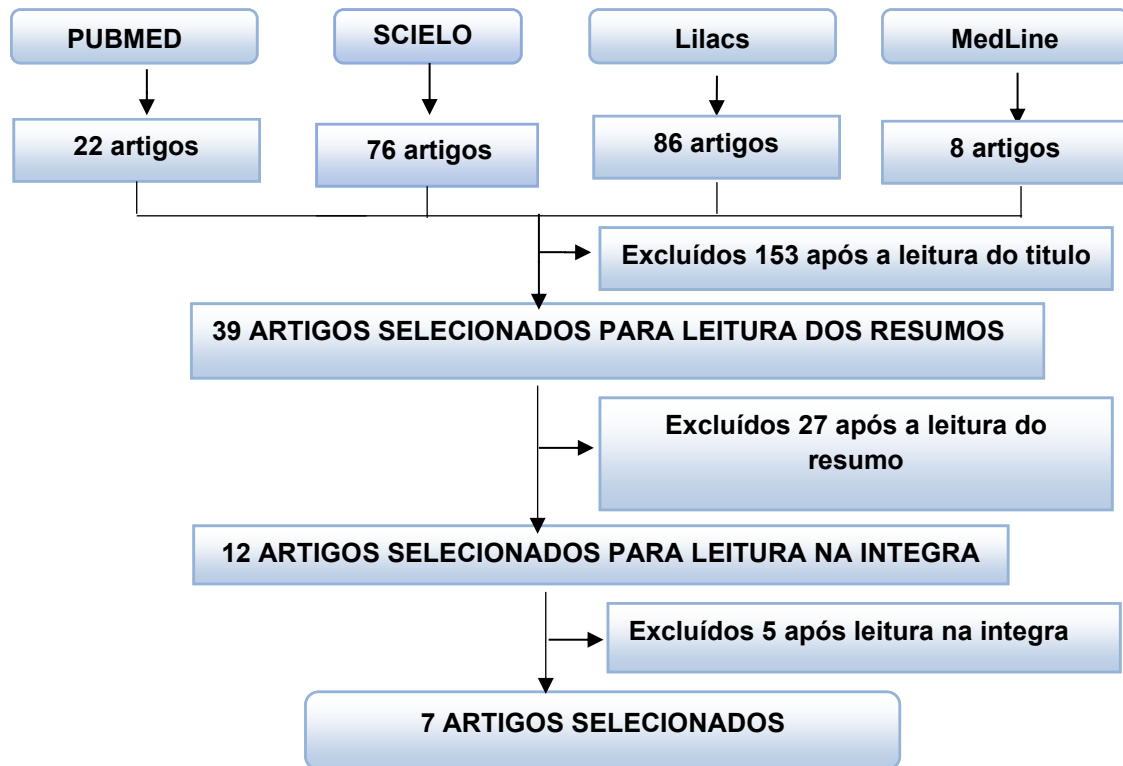
2 MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo revisão narrativa de literatura. Este tipo de revisão permite reunir o que há de produções sobre o tema escolhido, apresentando uma perspectiva ampla do tópico, possibilitando estabelecer relações entre produções anteriores, identificar temáticas recorrentes e apontar novas perspectivas dentro do assunto. Como a literatura incluindo atletas paralímpicos ainda está incipiente, principalmente no que tange aspectos psicossociais destes atletas, optamos pela revisão narrativa a fim de obter a visão geral (ou o “estado da arte”) do tópico escolhido, possibilitando a fomentação de debates e novos estudos na área.

Para a realização desse estudo, foram incluídas produções científicas indexadas nos bancos de dados, plataformas e bibliotecas eletrônicas SciELO, LILACS, PubMed e MEDLINE. Foi realizada busca livre entre o período de janeiro a julho de 2020. Para tal, foram utilizadas combinações das palavras-chave “paralympic”, “motivation”, “self-efficacy”, “psychosocial variables”. Os critérios de inclusão foram: (i) estudos realizados com atletas paralímpicos; (ii) abordagem de motivação e/ou autoeficácia nos ambientes de treinamento e/ou competição desses atletas; (iii) texto disponibilizado em português, inglês ou espanhol.

Primeiramente, os artigos foram selecionados pela análise dos títulos dos artigos. Nessa fase, foram excluídos os artigos duplicados. Após essa etapa, os resumos dos artigos foram examinados. Em seguida, os artigos que não foram excluídos nas etapas anteriores foram lidos e analisados. Após tal análise, 7 estudos foram incluídos por estarem de acordo com os critérios adotados neste estudo. A figura 1 contém informações sobre o processo da seleção de artigos.

Figura 1: Fluxograma sobre o processo da seleção dos artigos



3 RESULTADOS

A busca livre realizada resultou em 192 artigos. Após leitura dos títulos dos artigos encontrados, 153 foram excluídos por não serem elegíveis dentro dos critérios de inclusão ou por serem artigos duplicados. Em seguida, após leitura dos resumos dos artigos selecionados, 27 foram excluídos por não atenderem os critérios de elegibilidade. Por fim, após leitura dos artigos na íntegra, 5 artigos foram excluídos por não atenderem os critérios de elegibilidade (1 por não ter como amostra os atletas paralímpicos, 4 por não abordarem diretamente os constructos motivação e/ou autoeficácia). A busca resultou, portanto, em uma seleção de 7 artigos, como descrito na Tabela 1. A revisão incluiu, somando-se as amostras dos estudos selecionados, cerca de 258 atletas paralímpicos.

Tabela 1: Dados gerais dos artigos selecionados para a revisão bibliográfica.

ESTUDO	AMOSTRA	OBJETIVO	RESULTADOS
Banack, H. R.; Sabiston, C. M.; Bloom, G. A. (2011) ⁸	113 atletas Paralímpicos canadenses de variadas modalidades esportivas e deficiências	Explorar a relação entre as percepções dos atletas paralímpicos sobre o comportamento do treinador relacionado a promoção de autonomia e motivação	Os resultados apontam para uma relação importante entre o comportamento do treinador e a motivação do atleta paralímpico (especialmente percepção de autonomia e de pertencimento, bem como motivação intrínseca)
Pinheiro, A., & Bezerra, S. L. (2018) ⁹	153 atletas paralímpicos brasileiros (122 homens e 31 mulheres) de 18 modalidades esportivas	Avaliar as variáveis psicossociais dos atletas paralímpicos brasileiros, verificar como essas variáveis se relacionam com a identidade social do atleta e compreender como os atletas paralímpicos percebem sua identidade.	Os atletas apresentaram forte identificação com o grupo de atletas paralímpicos, elevada autoestima, elevada autoeficácia, elevado locus de controle interno e alto bem-estar afetivo positivo. Atletas com deficiências inatas possuem maior identificação com o grupo paralímpico. A autoestima do atleta está diretamente relacionada com a identificação do atleta com o grupo paralímpico.
Wood, A.G., <i>et al.</i> (2017) ¹⁰	8 atletas paralímpicos de elite de uma mesma modalidade esportiva (esporte omitido)	Avaliar efeitos de um programa individual de REBT (terapia racional emotiva comportamental) em atletas paralímpicos	Reduções nas crenças irracionais (após a intervenção) foram acopladas às reduções na Pressão Arterial Sistólica, indicativas de uma resposta fisiológica adaptativa, melhor desempenho atlético durante as simulações de competição e reduções nas metas de esqui. Atletas apresentaram também maior autoconsciência, controle emocional e foco aprimorado durante a competição como resultado da intervenção REBT.

Samulski, D.; Noce, F. (2002) ¹¹	64 atletas paralímpicos de 9 modalidades esportivas diferentes	<p>Objetivos gerais: obter informações sobre o perfil psicológico dos atletas; fornecer suporte científico para técnicos na preparação psicológica dos atletas.</p> <p>Objetivos específicos: detectar problemas psicológicos específicos relacionados com a competição esportiva; analisar os objetivos, metas e motivos para a prática esportiva de cada atleta; identificar fatores estressantes e motivadores antes e durante a competição; e analisar o tempo de reação, o nível de duração e a velocidade da percepção dos atletas.</p>	<p>Objetivos e metas com o esporte (geral): “ser campeão”, “conquistar medalhas” e “ser reconhecido”.</p> <p>Motivação para a prática esportiva (geral): o “prazer da prática”; “gostar de competir”; e “fazer amizades”.</p> <p>Motivos potenciais de abandono do esporte (geral): “problemas com a saúde/lesões” e também a “falta de prazer”. Fator de estresse psíquico (geral): “dormir mal na noite anterior à competição”. Fatores motivantes variaram entre os grupos de deficiência - os deficientes visuais consideram o fato de o “adversário ser o favorito” mais motivante, enquanto os deficientes físicos acham mais positiva “a cobrança de si mesmo para vencer”.</p>
Bodas, A. R.; Lázaro, J. P.; Fernandes, H. M. (2007) ¹²	28 atletas paralímpicos (21 homens, 7 mulheres) da Delegação Paralímpica Portuguesa de 4 modalidades esportivas diferentes e 3 tipos de deficiência	Identificar o nível de preparação dos atletas nas diferentes componentes psicológicas do treino, caracterizando o perfil dos atletas de elite do esporte paralímpico nacional (Portugal).	Os atletas apresentam indicadores de preparação mental, contudo não sistemática, para os constructos atenção, negativismo, positivismo e visualização, tendo sido os valores obtidos nas restantes variáveis (autoconfiança, motivação e atitude competitiva) reveladores de excelentes skills psicológicos e representativos de uma preparação mental sistemática.
Fliess-Douer, O.; Vanlandewijck, Y. C.; van der Woude, L. H. V. (2012) ¹³	79 atletas (49 homens, 30 mulheres) dos Jogos Paralímpicos de Beijing/Pequim com lesão da medula espinal	Avaliar a confiabilidade e validade de uma escala de percepção de autoeficácia na de mobilidade em cadeira de	A escala apresentou alta consistência interna, bem como boa confiabilidade e boa validade. Houve diferença significativa na percepção de autoeficácia entre atletas com

		rodas em atletas de elite com lesão na medula espinhal.	paraplegia e tetraplegia; atletas que participam de esportes com cadeira apresentaram maior autoeficácia que os demais.
Jefferies, P., Gallagher, P., & Dunne, S. (2012). ¹⁴	16 artigos foram selecionados para o estudo, todos tendo como amostra “atletas paralímpicos de elite”	Revisar sistematicamente a literatura sobre bem-estar e características psicossociais dos atletas paraolímpicos.	Em relação aos aspectos biomecânicos do paralímpico, a literatura psicossocial permanece limitada e difusa, sendo possível uma revisão dividida em 7 áreas: 1) participação, motivações e objetivos; 2) imagens mentais; 3) estresse e enfrentamento; 4) personalidade; 5) atitudes em relação a outros grupos de atletas com deficiência; 6) conhecimento e atitudes em relação ao doping; e 7) transições para a aposentadoria.

4 DISCUSSÃO

Dentre os artigos selecionados, apenas um propôs intervenção¹⁴, enquanto os demais fizeram análises transversais da amostra, com aplicação dos instrumentos de avaliação uma única vez. Embora todos os estudos tenham colhido informações físicas, sociais e/ou ambientais da amostra, nem sempre tais informações foram levadas em análise no momento de avaliar as variáveis desfecho selecionadas.

Aspectos da Autoeficácia

A autoeficácia pode ser entendida tanto quanto um conceito geral, ou seja, que diz respeito à crença do indivíduo na sua capacidade de mobilizar recursos para alcançar metas ou objetivos, como também um conceito tarefa-dependente, visto que diz respeito também à crença que o indivíduo tem em sua capacidade para realizar tarefas específicas¹⁸. Nesse sentido, existem escalas de autoeficácia gerais, como a Escala Geral de Percepção de Autoeficácia¹⁹, e também escalas de domínio específico, como a Escala de Percepção de Autoeficácia no Exercício²⁰.

Outra escala domínio-específica para autoeficácia é a “Escala de Autoeficácia em Mobilidade em Cadeira de Rodas”, cuja validade e confiabilidade foi estudada por Fliess-Douer e colaboradores (2012)¹⁴. A percepção de autoeficácia para locomoção em cadeira de rodas é um aspecto psicossocial importante para os atletas cadeirantes, tendo em vista que uma baixa autoeficácia nesse domínio pode levar o indivíduo a tornar-se cada vez menos ativo fisicamente, bem como limitado nas suas participações e qualidade de vida¹⁴. Ademais, uma elevada autoeficácia para mobilidade pode influenciar numa maior autoeficácia no esporte específico do atleta, especialmente no que tange esportes praticados em cadeira¹⁴. Conforme descrito no estudo, a escala obteve boa validade e confiabilidade, tendo sido aplicada em atletas de diferentes nacionalidades e nível de lesão medular, participantes dos Jogos Paralímpicos de Beijing (2008).

Além de domínio-específica, a autoeficácia pode apresentar variações ainda segundo características específicas da população analisada, conforme demonstrado também por Fliess-Douer e colaboradores (2012)¹⁴. Uma das características que influenciaram o nível de autoeficácia dos atletas foi o tipo de esporte praticado: atletas inseridos em esportes dinâmicos (tanto em equipe quanto

individuais), com destaque para o basquete em cadeira de rodas e o rúgbi em cadeira de rodas, apresentaram autoeficácia mais elevada quando comparado a atletas inseridos em esportes estáticos ou que não utilizam cadeira de rodas. Um aspecto discutido pelos autores é a possibilidade do tipo de esporte e a autoeficácia serem variáveis influenciadas mutuamente uma pela outra, ou seja, atletas com maior autoeficácia em mobilidade destacam-se mais em esportes dinâmicos, bem como esportes dinâmicos ajudam na construção de uma autoeficácia mais elevada. Outros estudos fazem-se necessários para investigar tal influência, visto que esta pode ser uma importante ferramenta no treinamento de autoeficácia de atletas de esportes estáticos ou que não necessitam de cadeira – a inserção de prática de esportes dinâmicos no treinamento pode melhorar a autoeficácia em locomoção desses atletas. Outras características possíveis influências na percepção de autoeficácia dos atletas são o gênero, o tempo decorrido desde a lesão, bem como o tempo de prática esportiva, porém elas não foram exploradas no referido estudo.

Outro aspecto avaliado em relação à autoeficácia foi sua possível relação com a construção da identidade social do atleta, sendo esta entendida como o sentimento de pertença ao grupo e o significado emocional dessa sensação de pertencimento²¹. No contexto paralímpico, a identidade social do atleta diz respeito tanto à identificação com a equipe, como também ao reconhecimento do indivíduo como atleta⁹. Pinheiro e Bezerra (2018)⁹ investigaram a relação de variáveis psicossociais como autoestima, autoeficácia, locus de controle e bem estar afetivo com a identidade social dos atletas paralímpicos brasileiros. Contudo, embora a população analisada tenha apresentado elevados valores de autoeficácia e forte identificação com o grupo de atletas paralímpicos, não foi possível observar relação dessa variável com a identidade social, sendo esta última influenciada apenas pela autoestima dos atletas. Por não ser objetivo do estudo, não foram avaliadas as relações entre a autoeficácia percebida e as características sociodemográficas e físicas dos atletas.

Aspectos da Motivação

Um dos aspectos mais mencionados na abordagem da motivação nos estudos selecionados foi a delimitação de “motivos para a prática” do esporte paralímpico. Samulski e Noce (2002)¹¹ investigaram tal motivação entre atletas paralímpicos

brasileiros e encontraram como principais motivos o “prazer da prática”, “gostar de competir” e “fazer amizades”. De acordo com o estudo, os motivos “retorno financeiro” e “status social” foram os delimitados como menos importantes para os atletas. Contudo, algumas observações foram feitas pelos autores quanto aos diferentes resultados quando subgrupos são analisados. Quanto ao tipo de deficiência, importante diferença foi notada entre os motivos listados pelos deficientes físicos e os mentais: para o segundo grupo, motivos como “aumentar conhecimentos no esporte”, “aprender a cooperar” e “para viajar” tiveram maior importância do que para os atletas do primeiro grupo.

Na revisão proposta por Jefferies, Gallagher e Dune (2012)¹⁴, outros estudos também fizeram a análise dos “motivos para a prática”. Um estudo realizado com atletas paralímpicos nos Jogos Paralímpicos de Seul (1988) observou que o “desejo de alcançar maior sucesso possível no esporte” e “representar o país” foram motivos frequentemente valorizados. Outros fatores citados foram o “sentimento de desafio”, a “superação da deficiência” e o “reconhecimento dos indivíduos como atletas”. Analisando os resultados por subgrupos, observaram que atletas do sexo masculino elegeram “status” e “sucesso” como principais fatores motivadores, enquanto atletas do sexo feminino demonstraram maior motivação em aspectos sociais como “fazer amizades”. Já na análise por países, os pesquisadores observaram que os atletas estadunidenses e britânicos elegeram “boa condição física” como fator mais importante, enquanto para os atletas japoneses “desenvolver habilidades” e “fazer amizades” era mais relevante.

Ao se comparar as respostas concedidas pelos atletas paralímpicos à questão “motivos para a prática esportiva” com aquelas dadas por atletas olímpicos, é interessante notar as diferentes motivações de cada grupo. Vignadelli e colaboradores (2018)¹⁵, em estudo realizado com jovens atletas de vôlei e futebol, encontraram como principal fator motivacional para a prática esportiva a “Competência Técnica”, tendo “Competição” e “Aptidão física” como outras respostas também com maior relevância. Tais fatores distinguem-se daqueles apontados pelos atletas paralímpicos estudados pelos demais autores, apontando para as diferenças que existem nos campos motivacionais desses grupos.

A motivação, embora seja um processo individual, recebe influências tanto de fatores pessoais (intrínsecos) quanto de fatores ambientais (extrínsecos)¹. Nos estudos analisados, pouco foi avaliado quanto aos fatores intrínsecos, sendo os extrínsecos mais explorados. Em seu estudo com a população paralímpica brasileira, Samulski e Noce (2002)¹¹ observaram como importante fator motivante aos atletas deficientes visuais o fato de o “adversário ser o favorito”. Já os deficientes físicos elegeram “a cobrança de si mesmo para vencer” como fator motivante mais importante. Ademais, para os atletas avaliados por este estudo, sua prática esportiva foi motivada, principalmente, pelo apoio dos pais e amigos.

Outra variável da motivação avaliada por Samulski e Noce (2002)¹¹ foi a motivação para abandono da prática. Dentre os principais motivos levantados pelos atletas, estão “problemas com a saúde/lesões” e a “falta de prazer”. A “falta de talento”, bem como a “falta de contatos sociais”, foram os motivos menos relevantes à população do estudo.

Visando identificar o nível de preparação psicológica dos atletas paralímpicos portugueses, Bodas, Lázaro e Fernandes (2007)¹² utilizaram o questionário Perfil Psicológico de Prestação, em que uma das variáveis avaliadas é a “motivação”. Junto com a variável “autoconfiança”, a “motivação” foi a variável que apresentou valorização média mais elevada, revelando uma preparação mental sistemática dos atletas para essas dimensões, sendo observada ainda valores mais elevados em atletas do sexo feminino. A análise por subgrupos de idade verificou maior valorização das dimensões pelos intervalos etários mais elevados. A análise por tipo de deficiência e por modalidade esportiva não resultou em diferenças nos valores de “motivação”.

Autonomia, Autoestima e Locus de Controle

Embora o presente estudo tenha como foco a abordagem dos constructos “autoeficácia” e “motivação” no contexto paralímpico, necessário se faz destacar outros fatores psicossociais, discutidos dentre os artigos selecionados no presente estudo, que estão relacionados com tais variáveis e mostram-se relevantes para a avaliação do atleta paralímpico. São eles a autonomia^{8, 10}, a autoestima⁹ e o locus de controle⁹.

Segundo a Teoria da Autodeterminação (“Self-Determination Theory” – SDT), a motivação oscila num espectro entre “desmotivação” e “motivação intrínseca”, existindo entre esses extremos variados graus de “motivação extrínseca”³. Ainda de acordo com tal teoria, indivíduos com maior percepção de autonomia, ou seja, maior percepção de liberdade e capacidade de gerir suas próprias decisões, apresentam maiores índices de motivação intrínseca. Portanto, a avaliação da percepção de autonomia pelos atletas pode ser índice valioso para a avaliação da motivação dessa população.

No estudo de Banack e colaboradores (2011)⁸, a autonomia foi avaliada nesse contexto da motivação, sendo investigado o papel do comportamento do treinador na percepção de autonomia pelos atletas paralímpicos. De acordo com os resultados apresentados pelos pesquisadores, a adesão pelos treinadores de comportamentos de apoio e incentivo à autonomia dos atletas resultou em uma maior autopercepção de autonomia, bem como de pertencimento, por esses atletas, sendo tal comportamento preditor de motivação intrínseca para realização e experimentação.

A autonomia foi trazida também como variável desfecho pelo estudo de Wood e colaboradores (2017)¹⁰. Nesse estudo, foram avaliadas as mudanças psicobiológicas oriundas da realização de sessões individuais de Terapia Racional Emotiva Comportamental (“Rational Emotive Behaviour Therapy” – REBT), tendo sido completadas 5 sessões com cada atleta e comparados os resultados pré-intervenção e pós-intervenção, com investigação dos resultados a longo prazo após acompanhamento 9 meses após a intervenção. Como resultado da intervenção, os atletas relatam maior percepção de confiança e autonomia para controlar suas emoções, apresentando também maiores índices de performance, sugerindo uma possível relação entre tais variáveis. Em estudo com metodologia semelhante, Chrysidis e colaboradores (2020)²⁵ também avaliaram o efeito de sessões REBT em atletas de Futebol Americano (atletas convencionais). Neste trabalho, foi percebido impacto significativo da intervenção em aspectos como motivação autodeterminada e autoeficácia dos atletas.

A autopercepção do indivíduo sobre suas características e comportamentos também pode ser avaliada pelas variáveis autoestima e lócus de controle. A autoestima, entendida como a percepção geral, positiva ou negativa, que

o indivíduo tem de si próprio, pode apresentar importante relação com a autoeficácia, visto que uma elevada autoestima pode resultar em maior autoconfiança e, portanto, maior autoeficácia. O locus de controle, por sua vez, diz respeito à percepção que o indivíduo tem em relação ao controle dos acontecimentos de sua vida, podendo ser interno (LCI) ou externo (LCE) – enquanto o LCE pode ser entendido como fator de proteção à autoestima, evitando que resultados negativos impactem o indivíduo¹⁶, pessoas com alto LCI tendem a assumir maior responsabilidade sobre os acontecimentos da sua vida, engajando-se mais nas suas ações, inclusive no âmbito do treinamento esportivo¹⁷.

Pinheiro & Bezerra (2018)⁹, em estudo exploratório realizado com atletas paralímpicos brasileiros, investigaram, entre outras variáveis, a autoestima, a autoeficácia e o locus de controle desses indivíduos, como estratégia de rastreamento para a categorização dessa população. Após a realização dos testes, foram percebidos uma elevada autoestima, uma elevada autoeficácia e um elevado locus de controle interno nesta população, bem como um baixo locus de controle externo, sendo observada correlação entre autoestima e autoeficácia e locus de controle interno e autoeficácia.

Instrumentos de Avaliação

De um modo geral, todos os estudos analisados utilizaram-se de questionários com pontuação por escalas do tipo Likert, que permite certo grau de subjetividade mesmo em respostas objetivas e de fácil quantificação. Contudo, não houve uma padronização na instrumentação utilizada entre os estudos, tendo sido escolhidos variados questionários. Infelizmente, a literatura ainda está carente de estudos que avaliem a influência de fatores como motivação e autoeficácia com instrumentos condizentes com os atributos que se deseja avaliar – sejam eles técnicos, táticos, físicos ou psicológicos – bem como que considerem características específicas da população a ser avaliada. Ademais, poucas informações são fornecidas quanto às propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados, o que aumenta o viés dos resultados apresentados.

Embora o critério de inclusão do presente estudo fosse a abordagem da autoeficácia e/ou da motivação, questionários específicos para tais variáveis não

estiveram presentes em todos os estudos selecionados, sendo essas dimensões muitas vezes avaliadas como parte de um instrumento avaliativo para outro aspecto psicossocial. Com intenção descrever uma visão geral da instrumentação utilizada especificamente para avaliação da autoeficácia e da motivação entre atletas, tais questionários serão descritos a seguir.

Escola de Motivação Esportiva (SMS)²²

Para a investigação dos níveis de motivação intrínseca dos atletas, Banack e colaboradores (2011)⁸ utilizaram-se da SMS, que apresenta três subescalas para avaliação: motivação intrínseca para saber, motivação intrínseca para realizar e motivação intrínseca para [experenciar] estimulação. Cada subescala é composta por 4 afirmações que pretendem responder à pergunta “Por que você pratica seu esporte?” e devem ser avaliadas segundo uma escala Likert de 7 pontos, variando de 1 = “não concordo de forma alguma” a 7 = “concordo totalmente”. Pontuações mais altas, calculadas a partir da soma dos respectivos itens, representam graus mais elevados de motivação intrínseca. Contudo, trata-se de uma escala ainda não validada para a população brasileira.

Escola de Autoeficácia Geral Percebida (EAGP)²³

Trata-se de uma escala de autorrelato composta por 10 itens em formato Likert de 4 pontos (1 = “Não é verdade a meu respeito”; 2 = “É dificilmente verdade a meu respeito”; 3 = “É moderadamente verdade a meu respeito”; e 4 = “É totalmente verdade a meu respeito”). Quanto maior a pontuação obtida na soma dos valores de cada item, maior o grau de autoeficácia percebida. Tal instrumento possui versão validada para a população brasileira.

Perfil Psicológico de Prestação (PPP)²⁴

Tal instrumento tem por objetivo avaliar, incluindo dentre outras seis variáveis psicológicas – autoconfiança, pensamentos negativos, pensamentos positivos, atenção, visualização e atitude competitiva – a motivação. O questionário é composto por 42 questões, respondidas de acordo com uma escala Likert de 5 pontos (quase nunca, raramente, às vezes, frequentemente e quase sempre). Para a avaliação especificamente da motivação, o questionário deve ser avaliado qualitativamente.

Para avaliação do perfil psicológico como um todo, deve-se somar a pontuação obtida em cada item, obtendo-se um score que oscila de 0 a 30: 0 a 19 - preparação mental fraca ou inexistente; 20 a 25 - preparação mental não sistemática; 26 a 30 - excelentes skills psicológicos representativos de uma preparação mental sistemática.

*Escala de Autoeficácia em Mobilidade com Rodas (SEWM)*¹³

Utilizando-se de uma escala Likert de 4 pontos, oscilando entre “sempre verdade” e “nunca verdade”, esse instrumento apresenta 10 afirmativas sobre a confiança no desempenho de habilidades motoras em cadeira de rodas. Apesar de apresentar boa validade e confiabilidade, ainda não apresenta tradução e validação para o português.

5 CONCLUSÃO

A literatura sobre autoeficácia e motivação em atletas paralímpicos ainda é bastante escassa, tanto no que tange instrumentos e abordagens de avaliação, como também quanto a propostas de intervenção psicossociais. A autoeficácia e a motivação parecem estar relacionadas a outros construtos psicológicos como autoestima, autoconfiança e locus de controle, porém pouco ainda foi investigado sobre o assunto. Ademais, a relação de tais variáveis psicológicas e com variáveis biofísicas dos atletas paralímpicos, como tipo de lesão, tempo de lesão, tempo de prática esportiva, modalidade esportiva, entre outras, também foi pouco explorada até o momento, havendo ainda amplo campo a ser desenvolvido na ciência esportiva. Contudo, é notável a importância do estudo de tais campos para a melhor compreensão dos fatores que influenciam o desempenho e o comportamento do atleta paralímpico no cenário esportivo.

REFERÊNCIAS

1. SAMULSKI D. **Psicologia do esporte**: teoria e aplicação prática. Belo Horizonte: Imprensa UFMG, 1995.
2. BANDURA, A. Self-efficacy. *In*: V. S. RAMACHAUDRAN (ed.). **Encyclopedia of human behavior**. New York: Academic Press, 1994. p. 71-81. (Reprinted in H. Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press, 1998).
3. RYAN, R. M.; DECI, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **American Psychologist Journal** v.55, n.1, p.68-78, 2000. doi:10.1037//0003-066x.55.1.68.
4. BOUFFARD-BOUCHARD, T. Influence of self-efficacy on performance in a cognitive task. **Journal of Social Psychology**, v.130, n.3, p.353-363, 1990. doi: 10.1080/00224545.1990.9924591.
5. TAYLOR, M. S. *et al.* Type a behavior and faculty research productivity: What are the mechanisms? **Organizational Behavior & Human Performance**, v.34, p.402-418, 1984. doi: 10.1016/0030-5073(84)90046-1.
6. MENESES, P. P. M.; ABBAD, G. S. Construção e Validação de um Instrumento para Avaliar Auto-Eficácia em Situações de Treinamento, Desenvolvimento e Educação de Pessoas. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v.23, n.1, p.121-130, 2010. doi: 10.1590/S0102-79722010000100015.
7. COLQUIT, J. A.; LEPINE, J. A.; NOE, R. A. Toward an integrative theory of training motivation: A meta-analytic path analysis of 20 years of research. **Journal of Applied Psychology**, v.85, n.5, p.678-707, 2000. doi: 10.1037//0021-9010.85.5.678.
8. BANACK, H. R.; SABISTON, C. M.; BLOOM, G. A. Coach Autonomy Support, Basic Need Satisfaction, and Intrinsic Motivation of Paralympic Athletes. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v.82, n.4, p.722-730, 2011. doi: 10.1080/02701367.2011.10599809.
9. PINHEIRO, A.; BEZERRA, S. L. Evaluando variables psicosociales y la identidad social de atletas paralímpicos brasileños. **Liberabit**, v.24, n.1, p.45-60, 2018.
10. WOOD, A. G. *et al.* Examining the effects of rational emotive behavior therapy on performance outcomes in elite paralympic athletes. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v.28, n.1, p.329-339, 2017. doi:10.1111/sms.12926.
11. SAMULSKI, D.; NOCE, F. Perfil psicológico de atletas paraolímpicos brasileiros. **Revista Brasileira de Medicina Do Esporte**, v.8, n.4, p.157-166, 2002. doi:10.1590/s1517-86922002000400005.

12. BODAS, A. R.; LÁZARO, J. P.; FERNANDES, H. M. Perfil psicológico de prestação dos atletas paralímpicos Atenas 2007. **Motricidade**, v.3, n.3, p.33-43, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646107X2007000300005&lng=pt&nrm=iso>. ISSN 1646-107X.
13. FLIESS-DOUER, O.; VANLANDEWIJCK, Y. C.; VAN DER WOUDE, L. H. V. Reliability and validity of perceived self-efficacy in wheeled mobility scale among elite wheelchair-dependent athletes with a spinal cord injury. **Disability and Rehabilitation**, v.35, n.10, p.851–859, 2012. doi:10.3109/09638288.2012.712198.
14. JEFFERIES, P.; GALLAGHER, P.; DUNNE, S. The Paralympic athlete: a systematic review of the psychosocial literature. **Prosthetics and Orthotics International**, v.36, n.3, p.278–289, 2012. doi:10.1177/0309364612450184.
15. VIGNADELLI, L. Z. *et al.* Motives for sports practice in young soccer and volleyball athletes. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v.20, n.6, p.585-597, 2018. doi: 10.5007/1980-0037.2018v20n6p585.
16. LEONTOPOULOU, S. Resilience of Greek youth at an educational transition point: The role of locus of control and coping strategies as resources. **Social Indicators Research**, v.76, n.1, p.95-126, 2006. doi: 10.1007/ s11205-005-4858-3.
17. LEVY, M. Subjective well-being and locus of control in sport. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v.2, n.1, p.1-23, 2008. doi: 10.31501/rbpe.v2i1.9268.
18. PACICO, J. C.; FERRAZ, S. B.; HUTZ, C. S. Autoeficácia - Yes we can! *In*: C. HUTZ (ed.). **Avaliação em Psicologia Positiva**. Porto Alegre: Artmed, 2014. p. 111-120.
19. JERUSALEM, M.; SCHWARZER, R. Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal processes. *In*: SCHWARZER, R. (ed). **Self-efficacy: thought control of action**. Washington, DC: Hemisphere, 1992. p 195–213.
20. SALLIS, J. F. *et al.* The development of self-efficacy scales for healthrelated diet and exercise behaviours. **Health Education Research**, v.3, n.3, p.283-292, 1988. doi: 10.1093/her/3.3.283.
21. TAJFEL, H. Some developments in European social psychology. **European Journal of Social Psychology**, v.2, n.3, p.307-322, 1972. doi: 10.1002/ejsp.2420020307.
22. PELLETIER, L. G. *et al.* Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The Sport Motivation Scale (SMS). **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v.17, n.1, p.35-53, 1995. doi: 10.1123/jsep.17.1.35

23. SBICIGO, J. B. *et al.* Propriedades Psicométricas da Escala de Autoeficácia Geral Percebida (EAGP). **Psico**. v.43, n.2, p.139-146, 2012. Disponível em <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/11691/8037>>
24. LOEHR, J. E. **Mental Toughness Training for Sports**: Achieving Athletic Excellence. Lexington, MA: Stephen Green Press, 1986.
25. CHRYSIDIS, S.; TURNER, M. J.; WOOD, A. G. The effects of REBT on irrational beliefs, self-determined motivation, and self-efficacy in American Football. **Journal of Sports Sciences**, v.38, n.19, p.2215-2224, 2020. doi: 10.1080/02640414.2020.1776924.