



MÚLTIPLAS SITUAÇÕES DE ESTRESSE NO FUTEBOL DE MULHERES DO BRASIL

Jorge Knijnik

School of Education at Western Sydney University – Austrália

Esdras Guerreiro Vasconcellos

Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo – Brasil

Resumo: A convivência com altos níveis de estresse tem sido apontada como um dos fatores de êxito ou fracasso no esporte competitivo. Esse aspecto necessita de maiores investigações em face da crescente participação feminina nos esportes, inclusive com a conquista da medalha de prata pela seleção feminina de futebol nos Jogos Olímpicos de 2004 e 2008. O objetivo desta pesquisa foi estudar quais os fatores mais estressantes na vida esportiva de jogadoras de futebol brasileiras. Para tal, foram entrevistadas 33 atletas e suas respostas analisadas com base na metodologia do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC). Concluiu-se que, dentre as causas do estresse, podem ser destacadas a pressão pela vitória; problemas com o grupo de jogadoras e com a família, bem como o preconceito gerado pela recorrente associação cultural da prática do futebol a sexualidades não heteronormativas.

Palavras-chave: estresse; mulher e futebol; gênero.

INTRODUÇÃO

O objetivo desta pesquisa é estudar o estresse entre jogadoras de futebol competitivo, o qual, da maneira que está organizado hoje em dia, além de ser um fenômeno de entretenimento do mundo globalizado, também é uma fonte potencial de situações geradoras de estresse para os que dele participam, em especial os atletas. A cobrança pessoal, da torcida, de técnicos e de parentes; a luta constante pela superação e pela vitória; os sacrifícios, as contusões e a arbitragem são alguns fatores que poderão vir a ser estressores de atletas, independentemente de seu nível de habilidade, idade ou sexo (DE ROSE JR. et al., 2004).

Conforme O'Donnell (2004), uma característica importante no atleta é a capacidade de manter seu desempenho sob pressão, pois ele está sendo observado por expectadores e rivais e com resultados ruins possivelmente ele/ela ficará ansioso(a) e apavorado(a) com os eventos.

Ao longo da última década, tem havido um foco crescente sobre o fenômeno do estresse e *coping* na investigação em psicologia esportiva (GIACOBBI; FOORE; WEINBERG, 2004). Estudos anteriores demonstraram que o esporte tem potencial para ser extremamente estressante e que a necessidade de lidar eficientemente com o estresse é uma parte integrante do desempenho da elite desportiva (HOLT; HOGG, 2002). Já na década de 1990, Scanlan, Stein e Ravizza (1991) afirmaram que, salvo exceções, todos os atletas sofreriam com o estresse durante sua carreira esportiva. Enquanto Fletcher e Hanton (2003) prosseguiram afirmando que uma boa maneira de lidar com o estresse seria a frequente consulta a um psicólogo esportivo, pois no esporte competitivo há uma variedade de estressores decorrentes de inúmeras fontes, as quais os psicólogos esportivos podem ajudar os atletas a percebê-las e minimizá-las.

A identificação e compreensão desses estressores no esporte tornou-se uma área importante de investigação na psicologia do esporte. Até hoje, estudos têm analisado as formas específicas de estresse ou os estressores específicos de cada modalidade esportiva. Esses estudos incluem estresse organizacional (FLETCHER; HANTON, 2003), estresse no futebol (HOLT; HOGG, 2002), estresse e golfe (GIACOBBI et al., 2004), estresse e *skatistas* (GOULD; JACKSON; FINCH, 1993; SCANLAN et al., 1991).

Vasconcellos (2002) considera que a vida esportiva é, *per se*, estressante; o autor afirma que se pode notar um aumento considerável nos níveis de estresse entre mulheres nos últimos anos, mas que faltam pesquisas com enfoque na área esportiva relacionando mulheres e estresse.

De acordo com Belle (1982, p. 498),

Diversos estudos sobre estresse psicológico estão focados exclusiva, ou predominantemente, em pesquisas em populações masculinas [...]. Comparações entre os gêneros são raramente relatadas, e os inventários padrão sobre eventos de vida causadores de estresse incluem um número desproporcional de questões que se aplicam mais freqüentemente aos homens que às mulheres.

Especificamente no campo do futebol, pesquisas com mulheres ou sob a ótica de gênero não têm sido levadas a cabo em quantidade suficiente no Brasil, apesar da crescente participação feminina no esporte como um todo no país – nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004), a delegação brasileira continha 247 atletas, sendo 122

(48%) mulheres, o que significou um aumento de 30% da participação feminina em relação aos Jogos de Sydney (2000), com 94 mulheres.

Nos Jogos Olímpicos de Pequim, em 2008, a delegação brasileira continuou crescendo, sendo composta por 277 atletas, dos quais 133 eram mulheres. Também é relevante considerar que, especificamente no futebol, as mulheres brasileiras têm obtido grandes êxitos, como a medalha de prata em Atenas e em Pequim. Assim, estudar o estresse entre as jogadoras de futebol no Brasil reveste-se de fundamental importância para a compreensão e evolução dessa modalidade.

Gênero, estresse e futebol

Comparando o nível de estresse entre mulheres e homens de 15 a 28 anos, idades semelhantes à nossa pesquisa, Calais, Andrade e Lipp (2003) encontraram níveis superiores nas mulheres em relação aos homens.

Ao fazer uma análise sobre o estresse no esporte, na perspectiva de gênero, Vasconcellos (2002) considerou que,

[...] de uma forma geral, nos últimos tempos as pesquisas vêm apontando níveis de estresse mais altos para as mulheres do que para os homens. Está ocorrendo uma inversão da curva tradicional – onde o gênero masculino predominava – e nela o gênero feminino tem despontado com graus mais elevados de ansiedade, medo e estresse. Temos observado isso em pesquisas com as mais variadas temáticas. O que quer dizer que, independente do que se pesquise, se o tema envolve os dois gêneros, é bem provável que a balança pese mais gravemente para o lado da mulher (VASCONCELLOS, 2002, p. 99).

Ora, essa tendência enfatizada pelo autor é mais um suporte de quanto as relações de gênero são um fenômeno contextualizado histórica e socialmente. Vasconcellos (2002) sustenta que a revolução nas relações sociais de gênero durante o século XX trouxe também graves consequências psicológicas para as mulheres, bem como um acréscimo em seus níveis de estresse, por razões variadas.

Assim, no sentido de aprofundar o conhecimento sobre as condições psicológicas das jogadoras de futebol no Brasil, o objetivo central deste estudo foi avaliar as situações que as atletas da modalidade consideram as mais estressantes em suas carreiras esportivas.

METODOLOGIA

Participantes, procedimentos e ética de pesquisa

As participantes desta pesquisa foram 33 atletas, com idades que variavam entre 16 e 27 anos, que disputaram o campeonato paulista feminino de futebol de

2004, competição realizada logo após a conquista da medalha de prata em Atenas, e que contou com a participação de 32 equipes e quase 700 atletas, desde iniciantes até atletas de seleção nacional. Essas 33 atletas participantes desta pesquisa foram selecionadas entre as oito equipes classificadas para as quartas de final da competição, times que conquistaram essa vaga após passarem por um processo classificatório e de oitavas de final, no qual cada equipe disputou quatro jogos em dez dias, em pleno verão brasileiro, em horários próximos ao meio-dia, com temperaturas entre 30° C e 36° C fora do campo.

Por meio dos relatórios técnicos de cada partida, cedidos aos pesquisadores pela organização do torneio, identificaram-se 48 atletas das oito equipes classificadas para as quartas de final que disputaram integralmente todas as partidas. Efetuados os contatos com esses 48 nomes pré-selecionados, foram efetivamente entrevistadas as 33 informantes deste projeto. Para efeitos de análise, as atletas foram divididas em dois grupos etários, a saber: um grupo composto por 20 atletas entre 16 e 21 anos (atletas mais novas), e o outro formado por 13 atletas entre 22 e 27 anos (atletas mais experientes).

Todos os procedimentos aqui adotados foram realizados com o máximo rigor requerido para pesquisas de opinião com seres humanos, com explicações feitas sempre que necessário, bem como a assinatura de um termo de consentimento livre e esclarecido para a pesquisa¹.

Preparo da pesquisa e instrumentação

Os pesquisadores conviveram seis semanas com as equipes e atletas, realizando observações *in loco* no campeonato, o que foi essencial para a consecução das entrevistas posteriormente, uma vez que os pesquisadores passaram a ser reconhecidos no ambiente do futebol de mulheres, entre as atletas e os técnicos.

Recentes estudos sobre futebol de mulheres empregaram metodologias semelhantes a esta. Cox e Thompson (2000), ao estudarem o futebol de mulheres na Nova Zelândia, realizaram o que elas chamam de observação – participante.

O primeiro estágio desta pesquisa envolveu observação – participante das jogadoras, durante jogos e treinos, nos vestiários [...] durante o período de cinco semanas durante a temporada de 1997 (COX; THOMPSON, 2000, p. 9).

Somente após as primeiras semanas, elas conseguiram realizar as entrevistas aprofundadas.

¹ CEP/UPM n. 978/05/07.

Mennesson e Clément (2003), que estudaram as atletas futebolistas francesas, também empregaram a metodologia de visitar clubes em dias de treinos ou mesmo em jogos, antes de iniciarem suas entrevistas. Como relatam as autoras:

[...] cada entrevista foi precedida de uma longa fase de observação da vida dentro de dois times da primeira divisão, visitados aproximadamente por duas temporadas. O período de observação foi essencial para este estudo, tanto por ajudar a melhor compreender a natureza das interações como para ganhar a confiança das atletas (MENNESSON; CLÉMENT, 2003, p. 314).

Conforme mencionado, esse tempo de convívio objetivava conhecer o ambiente do futebol das mulheres no Brasil, e, a partir disso, preparar o material para uma enquete de cunho qualitativo. Entretanto, durante esse período, destacou-se a questão do estresse, pois os pesquisadores puderam notar que as atletas empregavam o termo estresse de forma intensa e, por diversas vezes, se considerando particularmente estressadas. Dessa forma, optou-se por pesquisar e inquirir diretamente as atletas: Quais as situações mais estressantes que você já viveu no futebol?

Expomos aqui os resultados da pesquisa sobre o estresse a partir das respostas obtidas à referente pergunta acima.

Análise

As respostas obtidas foram analisadas por meio da metodologia do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2000). Essa metodologia, de cunho eminentemente qualitativo, se propõe a averiguar as representações sociais dos diversos grupos existentes na sociedade, por meio de uma série de operações linguísticas efetuadas sobre os discursos dos indivíduos desse grupo, para que ao final essas afirmações formem um discurso único, que é o Discurso do Sujeito Coletivo (DSC). Segundo Lefèvre e Lefèvre (2000), idealizadores do DSC, o discurso é a expressão acabada do pensamento de uma dada comunidade, é um discurso na “1ª pessoa do singular do coletivo” – figura retórica criada pelos criadores dessa metodologia, mas que traduz que o seu produto final também ocorre na forma de discurso: o DSC é considerado um “eu” “que fala por nós”, ou seja, a partir das diversas operações realizadas nos vários discursos, revela-se um ou mais “eus” que sintetizam o que uma comunidade específica pensa a respeito de um determinado assunto.

Desse modo, após as entrevistas das atletas e em posse da transcrição literal dos discursos produzidos por elas sobre as situações que consideravam mais estressantes na sua prática esportiva, procederam-se as seguintes operações: escolha das expressões-chave (ECH) de cada discurso, que são, nos dizeres de Lefèvre e Lefèvre (2000, p. 11), “[...] pedaços, trechos ou transcrições literais do discurso,

que devem ser sublinhados, iluminados, coloridos pelo pesquisador, e que revelam a essência do discurso ou da teoria subjacente”. Nesse mesmo passo, e a partir das expressões-chave dos discursos, estabeleceram-se as Ideias Centrais (IC) de cada trecho de ECH, que são expressões que mostram o teor principal daquele discurso; na sequência, comparamos as diversas Ideias Centrais, agrupando aquelas que possuíam teores semelhantes, sob uma mesma categoria de discursos relativamente homogêneos.

Por fim, para cada categoria, foi construído um DSC, feito, como afirmado, na “1ª pessoa do singular do coletivo”: como se alguém falasse expressando as ideias daquela comunidade. Em outras palavras, o DSC é o resultado de um conjunto de expressões-chave, reunidas sob a mesma bandeira de uma categoria homogeneizadora de ideias centrais, seguindo o esquema seguinte:

1. Divisão das faixas etárias → 2. Discurso da atleta para a pergunta sobre o estresse → 3. Seleção das expressões-chave → 4. Síntese das ideias centrais de cada expressão-chave → 5. Classificação das ideias centrais em categorias unificadoras → 6. Quantificação das categorias → 7. Elaboração do discurso do sujeito coletivo de cada categoria de ideias centrais, feito a partir de suas expressões-chave.

Como apoio à confecção e análise dos DSC, empregou-se o programa de computador denominado QualiQuantisoft (2004), desenvolvido com base na metodologia do DSC. Este programa ajuda o pesquisador a organizar os textos, porém, quem faz a análise é eminentemente o pesquisador. Dessa forma, apesar do já ressaltado cunho qualitativo que embasa a metodologia empregada, é possível também extrair dados quantitativos dos discursos, o que amplia o panorama de análise.

RESULTADOS

O que aqui se apresenta são os resultados quantitativos obtidos a partir da pergunta sobre estresse e da elaboração dos diversos DSC surgidos dela. O restante dos resultados, em virtude da natureza dos dados, foi apresentado conforme os dados foram sendo discutidos.

Ao se avaliar as situações de estresse aos quais as atletas se consideram submetidas, notou-se, em primeiro lugar, que elas, ao interpretarem o termo “estresse” no interior do futebol, formularam uma série de respostas cuja extensa categorização (Tabelas 1 e 2) permite afirmar que as jogadoras, tanto as mais novas quanto as mais experientes, percebiam uma grande variedade de situações que elas denominam como estressantes.

Entre as atletas mais experientes, nenhuma das categorias ganhou destaque numérico, pois, em meio a 13 respostas coletadas, a categoria com maior quantidade de respostas não chegou a suplantar duas respondentes, ou seja, 15,38%.

Tabela 1
Resultados quantitativos das Categorias de Ideias Centrais (22 a 27 anos)

Quais as situações mais estressantes que você já viveu no futebol?		
A – proibição familiar gera estresse	1	7,69 %
B – problemas físicos geram estresse	2	15,38 %
C – preconceito gera estresse	2	15,38 %
D – derrota gera estresse	1	7,69 %
E – ter que reverter o resultado gera estresse	1	7,69 %
F – a dificuldade de convivência em grupo gera estresse	2	15,38 %
G – eliminação do grupo gera estresse	1	7,69 %
H – falta de patrocínio gera estresse	2	15,38 %
I – a pressão da competição gera estresse	1	7,69 %
Total de respostas da pergunta	13	

Fonte: Elaborada pelos autores.

Já entre as mais novas também ocorreu uma gama de respostas bem diferenciadas, formando nove categorias a partir de suas ideias centrais semelhantes.

Tabela 2
Resultados quantitativos das Categorias de Ideias Centrais (16 a 21 anos)

Quais as situações mais estressantes que você já viveu no futebol?		
A – falta de apoio familiar gera estresse	3	13,64%
B – problemas físicos geram estresse	1	4,55%
C – preconceito gera estresse	4	18,18%
D – falta de autoconfiança gera estresse	1	4,55%
E – torcida não reconhecer gera estresse	1	4,55%
F – dificuldade de convivência em grupo gera estresse	5	22,73%
G – assédio homossexual gera estresse	1	4,55%
H – dificuldades materiais geram estresse	2	9,09%
I – pressão e cobrança por resultados geram estresse	4	18,18%
Total de respostas da pergunta	22	

Fonte: Elaborada pelos autores.

DISCUSSÃO

Para Selye (1974, p. 7) – que define estresse como “[...] o resultado não específico (*isto é, comum*) de qualquer demanda sobre o corpo, seja seu efeito mental ou somático” –, não se pode apontar uma causa isolada como produtora do estresse.

Uma das primeiras coisas a se ter em mente sobre o estresse é que uma variedade de situações diferenciadas – excitações emocionais, esforço, fadiga, medo, dor, concentração, humilhação, perda de sangue, ou mesmo um grande e inesperado sucesso – são capazes de produzir estresse; portanto, nenhum único fator, isoladamente, pode ser apontado como causa deste tipo de reação (SELYE, 1974, p. 7).

Para Vasconcellos (1998), o desequilíbrio psicofisiológico provocado pelo processo denominado de estresse depende fundamentalmente dos recursos que a pessoa possui para enfrentar cada situação; dessa forma, a maior parte das ocorrências não causa diretamente o estresse, pois as pessoas aprendem a lidar com elas, a avaliá-las e a desenvolver estruturas que ajudarão na análise e nas respostas corporais e psicológicas apresentadas.

Lazarus e Folkman (1984) propuseram que o estresse psicológico seria o resultado da interação entre o indivíduo e o ambiente, que sempre difere para cada pessoa.

Desse modo, aquilo que pode ser estressante para uma das atletas, é encarado naturalmente por outras – o que seria uma possível resposta para esse grande número de categorias que reflete uma ampla gama de possibilidades das pessoas viverem o estresse e de outras nem se preocuparem com aquilo que para algumas é um grave sofrimento.

Ao estudarem atletas de handebol da seleção brasileira, De Rose Jr., Simões e Vasconcellos (1994) perceberam que esse esporte – por possuir inúmeras variações, pelo seu dinamismo e mesmo pelas exigências a que são submetidos os atletas, em termos de atenção, participação integral e concentração total – favorece a gestação de situações que potencialmente seriam causadoras de estresse. Para os autores,

Quando estes fatores são aliados à competição, eles então assumem uma proporção maior, pois passam a envolver valores que são fundamentais para os atletas: necessidade de vencer, recompensas, *status* social, reconhecimento público, etc. (DE ROSE JR. et al., 1994, p. 31).

São estas as situações a que as atletas de futebol estão submetidas: um jogo que se desenvolve em um campo, que, de acordo com as regras da FIFA, pode variar entre 4.050m² e 10.800m², com 22 atletas se deslocando em velocidade nos

momentos decisivos, em meio a mudanças de sentido e direção, e no qual as estratégias são combinadas e refeitas a todo o momento; apenas uma mudança de uma jogadora de lado de campo – passando da esquerda para a direita, por exemplo – já é uma situação que exige leitura atenta do jogo, capacidade de atenção e concentração que podem gerar estresse.

Isso é percebido pelas atletas mais experientes, quando dizem que “nos jogos mais difíceis e importantes a pressão é maior, nós, por sermos mulheres, o psicológico é afetado mais facilmente, por que somos mais sentimentais”. Além da clara percepção de que a dificuldade das competições gera um estresse maior, aqui também temos um dos grandes mitos de gênero que Dowling (2000) enfatiza, qual seja, o “mito da fragilidade feminina”, a sustentar que a mulher, devido a sua natureza biológica, seus hormônios, seria mais frágil, mais emotiva e, em consequência, mais sujeita ao estresse.

Apesar de já havermos comentado anteriormente que as pesquisas indicam que o estresse tem afetado mais fortemente as mulheres (VASCONCELLOS, 2002), nada, contudo, nos leva a afirmar que isso ocorra em virtude de sua condição biológica, mas sim pelas cobranças e pressões a que são submetidas em ambientes que, na maior parte das vezes, historicamente foram consagrados aos homens, como o caso do futebol.

Outra questão levantada pelas mais experientes, ainda vinculada à problemática da competição, é o sentimento de estresse em face de derrotas: “Toda vez que eu perco assim, eu penso em parar, porque é desumano como a gente fica mal, sabe, se sente frustrado, incapaz, é terrível, então, eu acho que derrota é sempre estressante”.

De Rose Jr. et al. (2004) registraram que, quando existem emoções internas que agem com força sobre o atleta, sem que ele consiga controlá-las, pode haver inclusive uma queda de rendimento. E concluem escrevendo que “[...] entre as pressões internas destacam-se: [...] expectativas de sucesso ou fracasso e percepções sobre as vitórias ou derrotas” (DE ROSE JR. et al., 2004, p. 387).

Kerr, Wilson, Bowling e Sheahan (2005), estudando atletas de elite do hóquei de grama do Japão, notaram que o estresse aumenta com a derrota, porque aumentam as emoções desagradáveis, e o oposto ocorre com a vitória.

De Rose Jr. Deschamps e Korsakas (1999), ao analisarem o fenômeno do estresse em equipes de basquetebol de alto rendimento no Brasil, perceberam que, entre as situações específicas que geram maiores níveis de estresse, os atletas declararam que “os jogos decisivos são mais estressantes”; “que momentos decisivos de jogo são mais estressantes”; “perder jogos praticamente ganhos é muito estressante” (DE ROSE JR. et al., 1999, p. 222). Por ocorrer no esporte o momento culminante para o atleta demonstrar suas habilidades, e pelo esporte trazer em si

múltiplas situações propícias ao aparecimento de estresse, faz com que o estresse se evidencie mais durante o jogo.

Ainda em relação à competição em si, as atletas mais novas agregam ao peso da derrota a pressão que as pessoas envolvidas na competição (como técnicos, dirigentes, entre outros) exercem sobre elas. Seu DSC deixa isso claro:

A mais estressante é quando é final de campeonato ou uma semifinal que você tem cobrança da diretoria, você tem cobrança de técnico, cobrança de pai e mãe [...] eu não consigo jogar porque tem muita pressão em cima de mim. A pior coisa é jogar com gente que fica ali o tempo todo só falando. Começa a rolar um estresse natural que dá um nervoso, dá uma aflição.

Esses dados caminham ao encontro das pesquisas de Noce e Samulski (2002) sobre estresse em atletas de voleibol de alto nível. Entre as 18 situações que os autores descreveram como sendo estressantes para os voleibolistas, aquela que ficou em 4º lugar foi justamente “a pressão do técnico/a cobrança excessiva”, e os dados mostraram que esta situação é “[...] relativamente mais estressante para as mulheres” (NOCE; SAMULSKI, 2002, p. 121).

Outro ponto levantado pelos dois grupos de atletas como fonte de estresse foi a família, a falta de apoio no interior desta ou mesmo a proibição de jogar futebol. As mais novas dizem que:

[...] em casa é que é mesmo a cobrança, o pessoal fala que tem que arrumar um emprego, que futebol não dá. [...] O marido da minha irmã falava assim para mim: “Você não está em lugar nenhum, menina, para de ficar jogando, você é uma bosta”.

As mais experientes citam a proibição de jogar: “Foi um ano que eu parei de jogar bola, de tanto que eu gostava [...], mas a minha família, meus pais, teve um ano que eles me prendiam, não deixavam mais [...] meu pai falava ‘você não vai!’”. As mais novas também reclamam da falta de apoio: “A minha mãe nunca falou ‘pô, filha, vamos lá, você vai conseguir’ [...]. Ela nunca foi assistir a um jogo meu”.

Se a família é um fator importante, seguramente conflitos ou mesmo a ausência da família em momentos centrais dentro do futebol será uma situação que, para muitas, ocasionará o estresse.

A rigidez nas relações sociais de gênero, sobretudo no interior do Brasil, ainda é uma constante. Discutindo essas relações no esporte, Capitania (2004) afirma que a mulher, ao entrar no esporte, campo ainda marcadamente masculino, fica sem referências internas para enfrentar as situações novas e para seguir um rumo diferente do que a sua família projetou para ela – tais situações podem aumentar os níveis de estresse da atleta.

Um dos discursos das atletas novas, que guarda relação com a das mais experientes, é referente aos problemas físicos que geram estresse, sobretudo quando a atleta precisa jogar. As mais novas reclamam que “estressante é quando a gente está contundida e precisa jogar”. Já as mais experientes questionam a falta de preparo físico, falando que

[...] o que mais me estressa [...] é o cansaço físico, a coisa mais estressante é não estar preparada num time, e jogar contra um adversário cujo time está mais preparado, então acho que tem um problema muscular, físico, de impacto, essas coisas me deixam estressada.

Em relação às contusões, Abrahamson e Kaplan (2001), analisam que, nos últimos anos, houve um aumento dos estudos relativos à relação destas com o estresse, uma vez que as maiores descobertas que apareceram nas pesquisas desta área sugerem que atletas com altos níveis de estresse “[...] mais especificamente estresse, são mais propensos a se machucarem [...] pois as relações entre estresse e contusões esportivas são complexas e demandam, para sua compreensão, de uma pletera de ideias e filosofias” (ABRAHAMSON; KAPLAN, 2001, p. 87).

Soulard, Fournier, Arripe-Longueville e Fleurance (2001), que estudaram a percepção de suporte social entre atletas franceses que passaram por períodos de lesões, afirmam:

[...] as contusões esportivas são situações altamente estressantes por diversas razões, especialmente porque elas forçam os atletas: a) redefinirem seus papéis e sua autoimagem; b) reconfigurar suas próprias habilidades; c) refazer planos presentes e futuros de carreira; d) superar decepções e frustrações, em virtude do decréscimo da autoconfiança e do desenvolvimento de pensamentos negativos (SOULARD; FOURNIER; ARRIPE-LONGUEVILLE E FLEURANCE, 2001, p. 85).

No entanto, as mais experientes, ao apontarem que a falta de preparo e mesmo o cansaço físico são situações estressantes, colocam um problema sempre apontado por atletas de rendimento. De Rose Jr., Simões e Vasconcellos (1993) em sua pesquisa mostram que os atletas de seleção olímpica apontam “jogar em más condições físicas” como sendo a circunstância mais estressante.

Em sua pesquisa com jogadores de basquetebol, De Rose Jr. et al. (1999) também relataram:

[...] uma outra fonte de “estresse” relacionada ao fator “jogo”, denominada “estado físico”, que engloba situações como jogar fisicamente mal preparado ou contundido, também foram definidas como causadoras de “estresse” (DE ROSE JR. et al., 1999, p. 226).

O grupo também foi apontado como um gerador de estresse importante, sobretudo para as atletas mais novas. As mais experientes, embora em menor quan-

tidade, também veem no grupo uma fonte de estresse. As mais novas enfrentam maior número de problemas com o grupo até em virtude da idade, por estarem aprendendo a conviver em equipe e longe da família.

As mais novas se queixam das fofocas e rusgas entre as companheiras de equipe: “Com colegas de equipe, quando ocorre desunião, estressa, são aquelas que têm rivalidades, e muitas vezes aquelas picuinhas, uma querendo tirar o tapete da outra”. Já as mais experientes percebem que o cotidiano é desgastante, pois “é difícil conviver com muitas meninas [...] coisa de alojamento é meio estressante, muita mulher, cabeça diferente [...]. Na casa onde eu moro tem um banheiro para 12 mulheres, às vezes isso é muito estressante”.

Falta de dinheiro foi mais um ponto em comum que apareceu no discurso dos dois grupos. As mais novas comentam que “a dificuldade tem todo dia [...] tem que ir a pé para o treino, tem que voltar a pé, às vezes ir sem comer, sair muito cedo para poder chegar no horário, acho que foi bem estressante”. Já as mais experientes, nesse ponto, são sucintas: para elas, o que mais as estressa é a “falta de patrocínio e incentivo”.

De Rose Jr. et al. (1999) declaram ser uma grande fonte de estresse as questões salariais, o futuro incerto das equipes, os atrasos de salários, as acomodações ruins.

Uma citação que apenas as mais novas fizeram foi sobre a questão de a torcida ser geradora de estresse,

[...] eu acho que ainda é a torcida que não reconhece, a gente está dando o máximo de si e as pessoas gritam “ah! Perna de pau!” E palavrões, isso chateia mesmo! O que falta para não estressar, para não mais haver chateação e reconhecimento, acho que é isso que deixa a gente mais para baixo. Com certeza rola estresse com a torcida.

Certamente, a avaliação social tem peso para os atletas, que realizam uma atividade presente no cotidiano das pessoas, e sobre futebol “todos” sabem um pouco.

De Rose Jr. et al. (2004) também citam que as pressões externas que ocorrem no esporte competitivo podem se tornar uma ameaça para a autoestima do atleta, levando-o a vivenciar situações de estresse. Eles citam, entre as pressões externas, “[...] comportamento da torcida e crítica de companheiros de equipe” (DE ROSE JR. et al., 2004, p. 387).

As atletas recebem críticas da família por jogarem futebol, do técnico, dos colegas e da torcida pelo rendimento em campo. O'Donnell (2004) identificou que a mulher tem menor autoestima e dificuldade de lidar com críticas, e que os homens se “recuperam” mentalmente com mais facilidade pelo ego ser mais resistente; apesar de não correlacionar seus achados com as questões sociais aí envolvidas,

como a desigualdade de gênero, o autor defende que ambos os sexos têm a mesma capacidade para a prática do futebol competitivo.

O assédio sexual dentro de uma equipe é mencionado pelas mais novas. Em uma situação de amor não correspondido, a atleta declarou que: “Eu tinha muito medo, ela falava em se matar, tinha uma ponte lá e ela falava que iria pular da ponte”.

Cox e Thompson (2000) relatam que o mito de que todas as jogadoras de futebol são homossexuais ainda está fortemente presente no meio do futebol de mulheres, e é reforçado por outro mito, o qual sustenta que todas as homossexuais tentam se relacionar sexualmente com todas as mulheres. Dessa forma, uma das fontes de maior estresse relatadas por jogadoras entrevistadas pelas autoras é o momento de ter um contato mais próximo uma com as outras, sobretudo aquelas reconhecidamente homossexuais, como é o caso do banho após os jogos, nos vestiários. As autoras escrevem que as atletas se declaravam “apavoradas” com a possibilidade de as jogadoras homossexuais ficarem olhando para elas o tempo todo. Porém, como anotaram Cox e Thompson (2000), as homossexuais também estavam conscientes e amedrontadas com o fato das heterossexuais pensarem que elas poderiam estar admirando-as com desejo sexual, e evitavam tomar banho defronte àquelas que não compartilhassem o mesmo comportamento sexual. Dessa forma, segundo as autoras, ambos os grupos usavam estratégias para se manterem distantes, principalmente dentro dos vestiários.

Outra estratégia utilizada pelas jogadoras heterossexuais para se prevenirem contra as jogadoras homossexuais é relatada por Cox e Thompson (2000); quando uma garota nova entrava no time, as outras atletas observavam suas características físicas, suas atitudes, e sua identidade social de gênero para tentar descobrir a sexualidade dessa atleta. Porém nem sempre essa estratégia se mostra verdadeiramente eficaz. Fernández, Quiroga e Olmo (2006) verificaram se havia relação entre o teste de gênero (Bem Sex Role Inventory – BSRI) e de orientação sexual (Sexual Attraction Questionnaire – SAQ). As autoras não encontraram relação, resultado que indica que a orientação e a vida sexual nem sempre encontram correspondência com as atitudes e simbologias de gênero, e que é uma falácia querer igualar ambos a uma única categoria. Sexualidade e gênero, apesar de construções sociais que se inter-relacionam, são diferentes entre si.

CONCLUSÕES

Os resultados da pesquisa sobre o estresse mostraram-se de acordo com as características desse fenômeno, o desempenho no jogo e o estresse são influenciados por vários fatores.

Em primeiro lugar, cumpre destacar o quanto as questões de gênero estão presentes e também são parte do pensamento dessas atletas. Ora, ao declararem que as mulheres, por serem mais “sentimentais”, estão mais sujeitas ao estresse emocional, essas jogadoras acabam por revelar o tamanho que as representações sociais sobre o gênero possuem em suas vidas. Mesmo o futebol, no Brasil e em boa parte do mundo, sendo uma prática esportiva considerada eminentemente masculina – em que decorre um grau de transgressão das normas oficiais de gênero por aquelas mulheres que praticam essa modalidade –, nota-se por meio desse resultado uma conformidade com essas mesmas normas.

Ao afirmarem que as mulheres são mais “emotivas e sentimentais”, na verdade, essas jogadoras aceitam a existência de uma essência feminina, sem perceber que essa fragilidade emotiva é realmente uma construção social. Desse modo, aceitar, acreditar e até trabalhar com a hipótese de que as mulheres “são assim mesmo”, mais frágeis, pode-se supor que se trata de uma estratégia de enfrentamento do estresse associado à competição – por sentirem essa situação angustiante, com a qual têm dificuldades de lidar, as atletas apelam para a sua condição “natural” como um modo de justificar suas emoções, como se dissessem: nós choramos, ficamos tensas e frágeis dentro do campo, mas, entendam, as mulheres são assim mesmo.

Nesse ponto, encontra-se aqui um paradoxo interessante, pois, ao mesmo tempo que jogar futebol é uma forma de transgredir e desafiar a forte e rígida normatização social relacionada às conformações de gênero – apontar a sua fragilidade, para essas mulheres, também é um modo de mostrarem, e mesmo de se perceberem, como mulheres “normais”, ainda enquadradas nos conceitos padronizados dos modelos, sobre como ser homem e mulher: espera-se que, assim como homens “não choram”, mulheres se descontrolam e se emocionem facilmente, e, quando chegam às lágrimas, isso nada mais é que uma resultante de sua natural condição de fragilidade feminina.

Associada a essa questão das normas rígidas e estreitas de gênero, que conformam e configuram feminilidades e masculinidades ortodoxas e representações sobre essas, que mesmo aquelas que pretendem desafiá-las acabam por ter dificuldades em se desvencilhar de suas armadilhas, existe um dado importante que aqui aparece: nossos resultados demonstram que o preconceito sobre as atletas é uma grande fonte de estresse – 15,38 % das mais velhas apontam isso, e 18,18% das mais jovens relatam o preconceito como forma primária de estresse que sofrem.

Outras pesquisas já apontaram que processos de formação de estigmas, preconceitos individuais e discriminações sociais são fontes de estresse. No esporte, entretanto, isso ainda precisa ser mais bem investigado. As atletas relatam com clareza que são vítimas de preconceito, por praticarem uma modalidade que ainda é um símbolo da masculinidade ortodoxa no Brasil e no mundo. Elas afirmam que

esse preconceito gera doses de estresse – certamente, se aliássemos essas respostas com aquelas vinculadas à problemática da proibição familiar gerando estresse, veríamos que essa segunda ocorre também por problemas relacionados ao preconceito contra a atividade no interior das próprias famílias – relatos das atletas advertem que seus pais as proibiam de jogar futebol em virtude do preconceito e da pressão social advinda de vizinhos, familiares e conhecidos.

Desse modo, ao se estudar a prática feminina do futebol, o pesquisador acaba por entrar em um meio no qual os questionamentos às normas de gênero são uma constante, e que revela o quanto essa rigidez pode ser, inclusive, prejudicial à saúde psicológica das jogadoras envolvidas em atividades aparentemente tão saudáveis quanto uma prática esportiva.

Ampliar essas investigações, assim como empregar seus resultados para criar mais e melhores programas esportivos não excludentes, tampouco discriminatórios, é um dever para aqueles que acreditam no esporte como um fator de inclusão e promoção de direitos sociais e educativos.

MULTIPLE DISTRESS SITUATIONS IN BRAZILIAN WOMEN'S FOOTBALL

Abstract: Living with high levels of stress has been described as a key factor of success or failure in competitive sports. This topic deserves more investigations due to the increase of women participation in sports, including the winning of the silver medal by the Brazilian football team in the 2004 and 2008 Olympic Games. The aim of this research was to study which stress factors affect the most the Brazilian women football players. Thirty-three athletes, between the ages of 16 to 27 years old were interviewed and their answers were analyzed based on the Thematic Discourse Analysis. We concluded that many factors can cause stress to women athletes, in particular, stress related to the pressure to win, disputes in the team group, family problems and the prejudices related to the recurrent cultural association of football practice to non-heteronormative sexual orientation.

Keywords: distress; women and football; gender.

REFERÊNCIAS

ABRAHAMSON, E. D.; KAPLAN, R. Toward an Ecosystemic model of self-empowerment, stress and injury in sport. In: PAPAIOANNOU, A.; GOUDAS, M.; THEODORAKIS, Y. (Org.). **Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology**, I. Skiathos, 2001, p. 87-88.

BELLE, D. The stress of caring: women as providers of social support. In: L. GOLDBERGER, L.; BREZNITZ, S. (Orgs.). **Handbook of stress: theoretical and clinical aspects**. New York: The Free Press, 1982. p. 497-505.

CALAIS, S. L.; ANDRADE, L. M. B. de; LIPP, M. E. N. Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de Stress em adultos jovens. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 16, n. 2, p. 257-263.

CAPITANIO, A. M. Contexto social esportivo: fonte de stress para a mulher? **Lecturas EF y Deportes: Revista digital**, v. 10, n. 78, 2004. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd78/mulher.htm>>. Acesso em: 27 jan. 2009.

COX, B.; THOMPSON, S. Multiple Bodies: Sportswomen, Soccer and Sexuality. **International Review for the Sociology of Sport**, v. 35, n. 1, p. 5-20, 2000.

DE ROSE JR., D.; SATO, C. T.; SELINGARDI, D.; BITTENCOURT, E. L.; BARROS, J.; FERREIRA, M. C. M. Situações de jogo como fontes de “stress” em modalidades esportivas coletivas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 18, n. 4, p. 385-395, 2004.

DE ROSE JR., D.; DESCHAMPS, S.; KORSAKAS, P. Situações causadoras de “stress” no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 13, n. 2, p. 217-29, 1999.

DE ROSE JR., D.; SIMÕES, A. C.; VASCONCELLOS, E. G. Percepção subjetiva dos níveis de stress e desempenho de atletas da seleção brasileira de handebol. In: ERPA, S.; ALVES, J.; FERREIRA, V. & PAULA-BRITO, A. (Orgs.), **World Congress of Sport Psychology**, 8. Lisboa: 1993, p. 289-292. Actas/Proceedings, International Society of Sport Psychology.

DE ROSE JR., D.; SIMÕES A. C.; VASCONCELLOS, E. G. Situações de jogo causadoras de “stress” no handebol de alto nível. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 8, n. 1, p. 30-37, 1994.

DOWLING, C. **The Frailty Mith**: Women approaching Physical Equality. New York: Random House, 2002.

FERNÁNDEZ, J.; QUIROGA, M. A.; OLMO, I. D. Is there any Relationship between Sexual Attraction and Gender Typology? **The Spanish Journal of Psychology**, v. 9, n. 1, p. 3-9, 2006. Disponível em: <http://www.ucm.es/info/Psi/docs/journal/v9_n1_2006/art3.pdf>. Acesso em: 27 jan. 2009.

FLETCHER, D.; HANTON, S. Sources of organizational stress in elite performers. **The Sport Psychologist**, v. 17, n. 2, p. 175-195, 2003.

GIACOBBI, P.; FOORE, B.; WEINBERG, R. S. Broken clubs and expletives: The sources of stress and coping responses of skilled and moderately skilled golfers. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 16, n. 2, p. 166-182, 2004.

GOULD, D.; JACKSON, S.; FINCH, L. Sources of stress in national champion figure skaters. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 15, n. 2, p. 134-159.

HOLT, N. L.; HOGG, J. M. Perceptions of stress and coping during preparations for the 1999 women's soccer world cup finals. **The Sport Psychologist**, v. 16, n. 3, p. 251-271, 2002.

KERR, J. H.; WILSON, G. V.; BOWLING, A.; SHEAHAN, J. P. Game outcome and elite Japanese women's field hockey player's experience of emotions and stress. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 6, n. 2, p. 251-263, 2005.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal and coping**. New York: Springer, 1984.

LEFEVRE, F.; LEFEVRE, A. M. C. Os novos instrumentos no contexto da pesquisa qualitativa. In: LEFÈVRE, F.; LEFÈVRE, A. M. C.; TEIXEIRA, J. J. V. (Orgs.). **O discurso do sujeito coletivo: uma nova abordagem metodológica em pesquisa qualitativa**. Caxias do Sul: EDUCS, p. 11-35, 2000.

MENNESSON, C.; CLÉMENT, J. P. Homosociability and Homosexuality: The Case of Soccer Played by Women. **International Review for the Sociology of Sport**, v. 38, n. 3, p. 311-330, 2003.

NOCE, F.; SAMULSKI, D. Análise do estresse psíquico em atacantes no voleibol de alto nível. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 16, n. 2, p. 113-29, 2002.

O'DONNELL, F. **Coed Adolescent Soccer Players in a Competitive Learning Milieu: An Ethnographic Assessment of Gender Attitudes, Perceptions and Sport Specific Component Testing**. Tese de Doutorado, (Doutorado em Educação) College of Education and the University of Central Florida, Florida, 2004.

QUALIQUANTISOFT 1.2. **Sales e Pascoal Informática**. Disponível em: <<http://www.spi-net.com.br>>. Acesso em: 28 jan. 2008.

SCANLAN, T. K.; STEIN, G. L.; RAVIZZA, K. An in-depth study of former elite figure skaters: III. Sources of stress. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 13, n. 2, p. 103-120, 1991.

SELYE, H. **Stress**. New York: Lippincott Company, 1974.

SOULARD, A.; FOURNIER, J.; ARRIPE-LONGUEVILLE, F.; FLEURANCE, P. Perceptions of Social Support Among Injured French Elite Players. In: PAPAIOANNOU, A.; GOUDAS, M.; THEODORAKIS, Y. (Orgs.). **Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology**, 1, Greece: Skiathos, p. 85-86, 2001.

VASCONCELLOS, E. G. O stress da atleta yangyin. In: SIMÕES, A. C.; KNIJNIK, J. D. (Orgs.), **Fórum de debates sobre mulher e esporte: mitos e verdades**, 2. São Paulo: Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, p. 97-104, 2002.

VASCONCELLOS, E. G. O modelo psiconeuroimunológico do stress. In: SERGER, L. (Org.). **Psicologia e odontologia**: uma abordagem integradora. São Paulo: Santos Livraria e Editora, 1998. p. 135-159.

Contato

Jorge Knijnik
E-mail: j.knijnik@westernsydney.edu.au

Tramitação

Recebido em 5 de agosto de 2016
Aceito em 12 de julho de 2017