

## RESILIÊNCIA E HABILIDADES PARA VIDA EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS DE ATLETISMO: UM ESTUDO COMPARATIVO

Catarina Messias Alves (PIC/Uem), Andressa Ribeiro Contreira, Nayara Malheiros Caruzzo, Lenamar Fiorese (Orientador), e-mail:  
[lenamarfiorese@gmail.com](mailto:lenamarfiorese@gmail.com)

Universidade Estadual de Maringá / Centro de Ciências da Saúde/  
Departamento de Educação Física/Maringá, PR.

### Ciências da Saúde – Educação Física.

**Palavras-chave:** **Palavras-chave:** resiliência, habilidades para vida, esporte.

### Resumo:

Este estudo objetivou comparar a resiliência e as habilidades para a vida em atletas universitários do atletismo em função do sexo e da raça. Foram sujeitos 77 atletas de ambos os sexos. Como instrumentos foram utilizados a Escala de Resiliência de Connor-Davidson e a Escala de Habilidades para Vida no Esporte. Para análise dos dados foram utilizados os testes Kolmogorov-Smirnov e U de Mann-Whitney ( $p < 0,05$ ). Para resiliência os resultados não revelaram diferença em função do sexo e da raça ( $p > 0,05$ ). Nas habilidades para vida, os atletas masculinos apresentaram valores mais elevados quando comparados às mulheres para estabelecimento de metas (Md=4,43), habilidades sociais (Md=4,10), solução de problemas (Md=4,25) habilidades emocionais (Md=4,25) e liderança (Md=4,06). As análises em função da raça apontaram resultados significativos ( $p < 0,05$ ) para os atletas negros quando comparados aos brancos/pardos/amarelos nas habilidades sociais (Md=3,80), solução de problemas (Md=3,75), habilidades emocionais (Md=3,75) e liderança (Md=3,81). Conclui-se que o esporte universitário brasileiro se apresenta como um ambiente favorável para o desenvolvimento das habilidades para vida, já a resiliência precisa ser melhor desenvolvida no contexto esportivo universitário.

### Introdução

A resiliência se caracteriza como a capacidade humana de passar por experiências adversas sucessivas sem prejuízos para o seu próprio desenvolvimento, superando e se fortalecendo diante das adversidades (GRUNSPUN, 2006). Para Cevada (2012), o esporte pode ser um potencial modificador do perfil resiliente e as experiências podem contribuir para o aumento da resiliência, deste modo, contribuindo para o desempenho no esporte.

Outro aspecto psicológico desenvolvido no contexto esportivo são as habilidades para vida, as quais podem ser potencializadas neste contexto, para que posteriormente, sejam utilizadas para lidar com as demandas e desafios da vida cotidiana (HODGE; DANISH, 1999). Assim, o esporte tem sido proposto como um cenário ideal para o desenvolvimento de habilidades para a vida (CRONIN; ALLEN, 2015), uma vez que possibilita o desenvolvimento do trabalho em equipe, a constante busca por metas, o gerenciamento do tempo e constante desenvolvimento das habilidades emocionais (DANISH et al., 1992; GOULD, CARSON, 2008).

Ao consultar a literatura, até onde foi possível pesquisar, não foram encontrados estudos analisando a resiliência e habilidades para vida no contexto do esporte universitário brasileiro, principalmente no que tange à modalidade atletismo. Dessa forma, este estudo objetivou comparar a resiliência e as habilidades para a vida em atletas universitários do atletismo em função do sexo e da raça.

## **Materiais e métodos**

Participaram 77 atletas, de ambos os sexos, sendo 41 homens e 36 mulheres com média de idade  $22,18 \pm 3,55$  anos, que competiram os Jogos Universitários Brasileiros 2018 na modalidade atletismo. Os instrumentos utilizados foram: ficha de identificação, Escala de Resiliência de Connor-Davidson (LOPES; MARTINS, 2011) e a Escala de Habilidades para Vida no Esporte (NASCIMENTO JUNIOR et al. 2019). Para análise dos dados foram utilizados os testes *Kolmogorov-Smirnov* e *U de Mann-Whitney*, adotando-se  $p < 0,05$ .

## **Resultados e Discussão**

Na Tabela 1 é apresentada a comparação entre os grupos em função do sexo para as variáveis resiliência e habilidades para vida. A resiliência apresentou valores de medianas entre 27,00 e 28,00, mostrando-se semelhante entre os dois grupos. Foi possível verificar diferenças somente nas dimensões de habilidades para vida ( $p < 0,05$ ), sendo que os homens apresentaram resultados superiores aos das mulheres para as dimensões estabelecimento de metas ( $Md=4,43$ ), habilidades sociais ( $Md=4,10$ ), solução de problemas ( $Md=4,25$ ) habilidades emocionais ( $Md=4,25$ ) e liderança ( $Md=4,06$ )

Silveira e Vaz (2014) apontam que o esporte faz parte de um movimento mais amplo da produção dos corpos contemporâneos e que para observarmos as diferenças entre os sexos é importante compreender a construção histórica do esporte. O estudo de Martin et al. (2014) investigou a influência positiva dos agentes sociais numa amostra de 3.860 crianças e jovens, participantes de diversos esportes, entre eles o atletismo. O estudo revelou que as mulheres apresentam um valor elevado quanto à maneira como percebem a influência positiva em seu comportamento, podendo vir dos pais, professores, atletas profissionais, atletas universitários e oficiais.

Já os homens apontam apenas como positiva a influência dos atletas profissionais, atletas universitários e oficiais, ou seja, os homens possuem um olhar mais voltado para as questões referentes ao melhor rendimento e desempenho.

**Tabela 1** – Comparação da resiliência e habilidades para vida dos atletas de atletismo universitários em função do sexo.

Variáveis	Masculino (n=40) Md (Q1-Q3)	Feminino (n=36) Md (Q1-Q3)	P
Resiliência	28(24,50-33,00)	27(21,00-30,75)	0,13
Trabalho em Equipe	4,00(3,46-4,50)	3,78(3,21-4,14)	0,05
Estabelecimento de Metas	4,43(3,86-4,86)	4,07(3,57-4,53)	0,04*
Habilidades Sociais	4,10(3,80-4,60)	3,60(3,20-4,00)	0,01*
Solução de Problemas	4,25(3,75-4,75)	3,75(3,50-4,18)	0,01*
Habilidades Emocionais	4,25(3,75-4,50)	3,50(3,00-4,00)	0,01*
Liderança	4,06(3,75-4,63)	3,75(3,28-4,00)	0,02*
Controle de Tempo	3,87(3,31-4,50)	3,50(3,00-4,25)	0,14
Comunicação	4,25(3,81-4,75)	4,25(4,00-4,50)	0,58

Um estudo realizado com jovens americanos (MACDONALD et al, 2011) apresentou evidências que mostraram que os homens possuem experiência com o esporte organizado que pode decorrer de alguns fatores como: se adequar para aprimorar as habilidades que competem; atingir metas; ampliar a aceitação social e criar um ambiente no qual todos se enxerguem como equipe, o que justifica os achados da presente pesquisa.

A comparação em função da raça para as variáveis resiliência e habilidades para a vida se apresenta na Tabela 2. Foram observadas diferenças nas dimensões de habilidades para vida ( $p < 0,05$ ), sendo que os atletas negros apresentaram resultados superiores aos atletas brancos, pardos e amarelos para as dimensões habilidades sociais (Md=3,80), solução de problemas (Md=3,75), habilidades emocionais (Md=3,75) e liderança (Md=3,81).

**Tabela 2** – Comparação da resiliência e habilidades para vida dos atletas de atletismo universitários em função da raça.

Variáveis	Grupo 1 (n=40) Md (Q1-Q3)	Grupo 2 (n=35) Md (Q1-Q3)	P
Resiliência	28(23,00-31,00)	27(24,00-33,00)	0,87
Trabalho em Equipe	4,00(3,35-4,14)	4,00(3,43-4,32)	0,47
Estabelecimento de Metas	4,14(3,57-4,67)	4,36(3,78-4,86)	0,22
Habilidades Sociais	3,80(3,05-4,15)	4,10(3,80-4,80)	0,01*
Solução de Problemas	3,75(3,25-4,43)	4,25(3,75-4,75)	0,01*
Habilidades Emocionais	3,75(3,00-4,25)	4,00(3,50-4,50)	0,01*

Liderança	3,81(3,38-4,09)	4,06(3,72-4,63)	0,01*
Controle de Tempo	3,50(3,00-4,25)	4,00(3,25-4,50)	0,08
Comunicação	4,25(3,75-4,50)	4,37(4,00-5,00)	0,06

\*nível de significância  $p < 0,05$ ; \*\*n=2 atletas não informaram a raça

Nota: G1: Brancos, Pardos e Amarelos; G2: Negros

A participação dos negros no atletismo começou a ser registrada com recordes a partir de 1925 em provas masculinas, e a partir de 1940 em provas femininas. Ao longo da história, a participação dos negros no atletismo recebeu uma positiva repercussão, devido as recordes como do americano Usain Bolt, em 2009, mas não somente de admiração e beleza essa história foi construída durante muitos anos. Devido ao racismo estrutural presente no Brasil, o treinar no atletismo poderia ser convertido em profissão, suas instalações permitiam aos negros, em tempos de preconceitos mais explícitos se sentir à vontade e se exercitar (ABRAHÃO; SOARES, 2012) e ainda encontrar um espaço para emancipação econômica e para aquisição de capital social.

Considerando estes aspectos, este estudo busca uma alternativa para análise na perspectiva de buscar interpretar se os cenários culturais poderiam influenciar os atletas a terem competências psicológicas mais desenvolvidas, como as avaliadas no presente estudo. Os resultados obtidos revelaram altos valores para habilidades sociais, solução de problemas, habilidades emocionais e liderança, podendo indicar que os atletas negros encontram em sua realidade situações que estimulam o desenvolvimento das mesmas no esporte universitário.

## Conclusões

O objetivo do presente estudo foi comparar a resiliência e habilidades para vida em atletas brasileiros de atletismo em função do sexo e da raça. Averiguou-se que os atletas homens apresentam maior desenvolvimento das habilidades sociais, solução de problemas, habilidades emocionais, liderança e estabelecimento de metas, sendo os resultados mais evidentes para os atletas da raça negra. A resiliência teve valores médios para todas as raças e sexos.

## Referências

CRONIN, L. D.; ALLEN, J. **Developmental experiences and well-being in sport: The importance of the coaching climate**. The Sport Psychologist, v. 29, p. 62-71, 2015.

LOPES, V. R.; MARTINS, M. D. C. F.. **Factorial validation and adaptation of the connor-davidson resilience scale (CD-RISC-10) for brazilians**. Revista Psicologia Organizações e Trabalho, v. 11, n. 2, p. 36-50, 2011.