

## Nível de ansiedade em jogos de playoffs em equipe profissional de futsal

Felix Rodrigo Ferreira Lima, Educação física, Centro Universitário Integrado, Brasil

Thamires Pepinelli Pinto, Curso, Educação física, Centro Universitário Integrado, Brasil

Eberton Alves de Souza, Curso, Educação física, Centro Universitário Integrado, Brasil, [beto@grupointegrado.br](mailto:beto@grupointegrado.br)

### Resumo

Este trabalho teve como objetivo analisar os aspectos psicológicos que influenciam o desempenho de atletas de futsal de alto rendimento, com ênfase na ansiedade e no foco durante as competições. A partir de uma abordagem teórica baseada em revisão bibliográfica, são apresentados os principais conceitos da Psicologia do Esporte relacionados à saúde mental, controle emocional, motivação e desempenho esportivo. Além da fundamentação teórica, o estudo incluiu uma pesquisa de campo por meio da aplicação do teste CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory-2) com atletas da modalidade, buscando compreender, na prática, como eles vivenciam e lidam com as pressões psicológicas inerentes ao alto rendimento. A junção entre teoria e prática permitiu observar que os resultados indicaram que os atletas da equipe de futsal analisada apresentaram altos níveis de autoconfiança e baixa ansiedade cognitiva e somática antes de dois jogos de playoff — um pela Liga Nacional de Futsal e outro pelo Campeonato Paranaense. Além disso, não foram observadas diferenças significativas entre os dois contextos competitivos, sugerindo estabilidade do estado emocional dos atletas frente a situações decisivas. Pode-se concluir que os atletas analisados apresentaram um perfil emocional equilibrado, caracterizado por alta autoconfiança e baixa ansiedade, independentemente do tipo de competição. Esse padrão demonstra maturidade psicológica e sugere que os fatores de coesão, experiência e preparação mental são determinantes na forma como atletas de futsal percebem e regulam suas emoções em contextos de pressão competitiva. No entanto, algumas limitações devem ser consideradas, e torna-se necessário ampliar pesquisas futuras que contribuam para o entendimento da importância do preparo psicológico no esporte, reforçando a necessidade da atuação integrada entre treinadores, preparadores físicos e psicólogos do esporte na formação completa do atleta.

**Palavras-chave:** Psicologia do Esporte. Ansiedade. Futsal. Desempenho. Autoconfiança.

### Abstract

This study aims to analyze the psychological aspects that influence the performance of high-level futsal athletes, with an emphasis on anxiety and focus during competitions. Based on a theoretical approach through a bibliographic review, it presents the main concepts of Sports Psychology related to mental health, emotional control, motivation, and sports performance. In addition to the theoretical foundation, the study included field research using the CSAI-2 (Competitive State

# SIMPAPAR

Simpósio de Pesquisa, Extensão e Inovação do Paraná

Realização



Núcleo de  
Empreendedorismo,  
Pesquisa e Extensão  
Integrado

Apoio



FUNDAÇÃO  
ARAUCÁRIA  
Apoio ao Desenvolvimento Científico  
e Tecnológico do Paraná

Anxiety Inventory-2) test applied to futsal athletes, seeking to understand in practice how they experience and deal with the psychological pressures inherent in high-performance sports. The combination of theory and practice showed that the results indicated that the analyzed futsal athletes presented high levels of self-confidence and low cognitive and somatic anxiety before two playoff games — one from the National Futsal League and another from the Paraná State Championship. Moreover, no significant differences were observed between the two competitive contexts, suggesting stability in the athletes' emotional states when facing decisive situations. It can be concluded that the athletes analyzed demonstrated a balanced emotional profile characterized by high self-confidence and low anxiety, regardless of the type of competition. This pattern demonstrates psychological maturity and suggests that cohesion, experience, and mental preparation are key factors in how futsal athletes perceive and regulate their emotions under competitive pressure. However, some limitations must be considered, and further research is needed to deepen the understanding of the importance of psychological preparation in sports, reinforcing the need for integrated work among coaches, physical trainers, and sports psychologists in the complete development of the athlete.

**Keywords:** Sports Psychology. Anxiety. Futsal. Performance. Self-confidence.

## INTRODUÇÃO

O futsal é compreendido como uma modalidade esportiva de alta intensidade, que exige do atleta habilidades técnicas, físicas, táticas e psicológicas. Por ser um esporte dinâmico e coletivo, ele coloca os jogadores sob constante pressão, especialmente em partidas de alto nível competitivo, como aquelas da Liga Nacional e do Campeonato Estadual, nas quais os resultados poderão impactar diretamente a classificação e o desempenho da equipe (Caldas *et al.*, 2023). Nesses contextos, fatores psicológicos, como a ansiedade pré-competitiva, desempenham papel central na preparação e no rendimento dos atletas, influenciando o controle emocional durante as partidas (Camargo, 2023).

A Psicologia do Esporte é um campo fundamental de estudo e atuação, voltado para compreender e intervir sobre os aspectos mentais que afetarão o comportamento coletivo e o desempenho esportivo (Martins *et al.*, 2024). De acordo com Weinberg e Gould (2001, apud Martins *et al.*, 2024), essa área investiga pessoas e seus comportamentos em atividades físicas e esportivas, aplicando princípios psicológicos para otimizar o desempenho e promover o bem-estar. No Brasil, a Psicologia do Esporte consolidar-se-á como uma vertente científica e profissional cada vez mais reconhecida, acompanhando a valorização do preparo mental como parte essencial do treinamento esportivo (Corrêa *et al.*, 2019).

Historicamente, a Psicologia do Esporte passa de uma fase de fundamentação teórica para um campo de aplicação prática cada vez mais amplo. O esporte é considerado um ambiente que promove o desenvolvimento emocional e cognitivo do atleta, sendo as emoções fatores determinantes para o sucesso competitivo (Trevelin *et al.*, 2018). A ansiedade, enquanto emoção universal, se manifesta em diferentes níveis de intensidade, afetando o foco, a concentração e a performance física (Marenucci *et al.*, 2020).

A ansiedade pré-competitiva é entendida como um estado emocional negativo que precede os eventos esportivos, caracterizado por preocupação, tensão e

apreensão, além de reações fisiológicas como aumento da frequência cardíaca e da tensão muscular (Camargo, 2023). Essa resposta emocional tende a variar conforme o nível de exigência competitiva das partidas, sendo potencialmente mais intensa em contextos de maior pressão, como nos jogos da Liga Nacional, em comparação com partidas estaduais (Caldas *et al.*, 2023).

Conforme a Teoria Multidimensional da Ansiedade Competitiva proposta por Martens, Vealey e Burton (1990, apud MARENUCCI *et al.*, 2020), a ansiedade se divide em três componentes principais: cognitivo, somático e autoconfiança. A ansiedade cognitiva envolve pensamentos negativos e dúvidas quanto ao desempenho; a ansiedade somática é associada a sintomas fisiológicos de excitação; e a autoconfiança funciona como um elemento protetor, capaz de reduzir os efeitos das outras dimensões e favorecer a performance. Estudos futuros sobre o futsal deverão compreender como esses componentes interagem e influenciam a ansiedade coletiva em diferentes contextos competitivos.

Pesquisas brasileiras anteriores indicaram que atletas de futsal tenderão a apresentar variações nos níveis de ansiedade pré-competitiva de acordo com a exigência do jogo e o ambiente competitivo, sendo o controle emocional influenciado por fatores como coesão de grupo e resiliência (MARENUCCI *et al.*, 2020; SILVA; CALIXTO; BORGES, 2023).

A atuação do psicólogo do esporte nas equipes profissionais de futsal será essencial para o desenvolvimento dessas competências psicológicas. Por meio de intervenções como dinâmicas de grupo, entrevistas e treinamentos de habilidades mentais, será possível fortalecer a comunicação interna, a motivação e o controle emocional dos atletas (SILVA *et al.*, 2023), permitindo que a ansiedade coletiva seja gerenciada de forma produtiva e não se transforme em fator limitante.

A literatura recente também aponta uma tendência da Psicologia Positiva do Esporte em enfatizar aspectos como bem-estar, flow e autoconfiança como elementos fundamentais para o desempenho esportivo (CARVALHO *et al.*, 2023), contribuindo para a autorregulação emocional e estados psicológicos ideais durante a competição.

Assim, o estudo sobre os níveis de ansiedade pré-competitiva em atletas de futsal buscou identificar como essa variável se manifestou em diferentes contextos competitivos, quais fatores influenciam e de que forma está relacionado aos resultados das partidas. Com esse entendimento, é possível elaborar estratégias psicológicas mais eficazes, visando aprimorar o equilíbrio emocional, a coesão grupal e o desempenho coletivo, reforçando o papel essencial da Psicologia do Esporte na preparação integral dos atletas profissionais.

## **METODOLOGIA**

### **CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA**

A presente pesquisa é quantitativa, descritiva e comparativa, voltada para avaliar os níveis de ansiedade pré-competitiva de atletas de futsal em diferentes contextos competitivos.

Ela é classificada como quantitativa por utilizar dados numéricos obtidos por meio de instrumentos psicológicos padronizados, permitindo medir e comparar os níveis de ansiedade dos atletas de forma objetiva. Descritiva, pois buscou detalhar como a ansiedade se manifesta antes das partidas, caracterizando o estado emocional do grupo em diferentes contextos competitivos. Além disso comparativa, uma vez que permite analisar estatisticamente as diferenças nos níveis de ansiedade entre os jogos da Liga Nacional e do Campeonato Estadual, identificando se o contexto de maior exigência competitiva influencia de maneira significativa a ansiedade pré-competitiva dos atletas.

A pesquisa tem caráter aplicado, pois fornecerá informações que podem ser utilizadas por profissionais de Psicologia do Esporte para planejar intervenções voltadas ao controle emocional, fortalecimento da coesão grupal e otimização do desempenho coletivo.

O presente estudo teve como objetivo analisar o nível de ansiedade dos atletas durante 2 jogos de playoffs de uma equipe profissional de futsal. A equipe analisada foi a Associação Campo Mourão Futsal, também conhecida como Campo Mourão Futsal, um clube brasileiro de futsal da cidade de Campo Mourão, no Paraná, fundado em 13 de dezembro de 2012. Os atletas foram avaliados nas competições da Liga Nacional de Futsal (LNF) e na Federação Paranaense Série Ouro (FPFS), contextos que representaram situações de alta pressão e relevância competitiva.

## INSTRUMENTO DE COLETA

Os principais instrumentos utilizados para a coleta de dados foi a utilização de artigos científicos e publicação acadêmica, entre eles o Teste do O CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory-2) um questionário desenvolvido por Martens *et al.* (1990) para mensurar três componentes da ansiedade estado sendo eles, Ansiedade Cognitiva: preocupação e pensamentos negativos, ansiedade Somática: reações fisiológicas como tensão muscular e sudorese, autoconfiança: percepção de confiança em si mesmo antes da competição.

## POPULAÇÃO E AMOSTRA

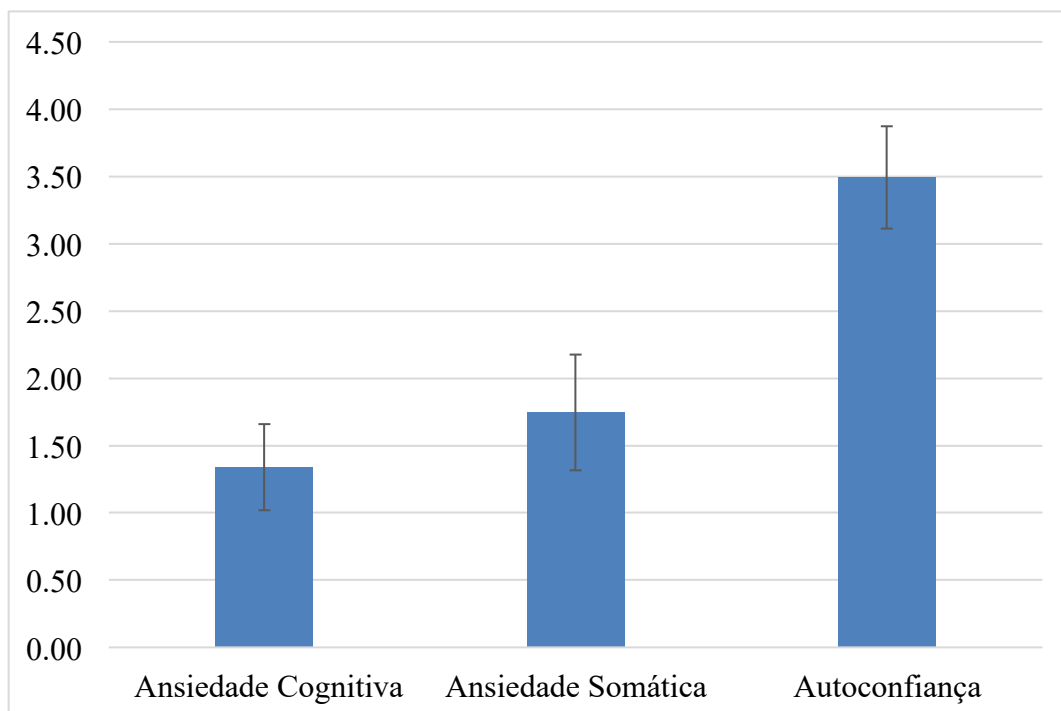
A amostra foi constituída por 14 atletas do sexo masculino, com idade superior a 18 anos, pertencentes ao elenco principal do Campo Mourão Futsal. Os dados foram coletados durante os 2 jogos de playoffs, sendo 1 na competições Liga Nacional de Futsal (LNF) e 1 na Federação Paranaense Série Ouro (FPFS) e os questionário CSAI-2 foram aplicados duas horas antes das partidas, a fim de avaliar o estado emocional dos atletas antes do início do jogo.

## ANÁLISE DOS DADOS

A análise dos dados foi realizada por meio do Software SPSS 30.0, mediante abordagem de estatística descritiva e inferencial. Na abordagem descritiva, utilizou-se a média e o desvio-padrão como medidas de tendência central e dispersão. A normalidade dos dados foi analisada por meio do teste de Shapiro-wilk e por meio dos coeficientes de assimetria e curtose. Foram realizados também procedimentos de bootstrapping (1000 re-amostragens; 95% IC BCa) para se obter uma maior confiabilidade dos resultados, para corrigir possíveis desvios de normalidade da distribuição dos dados e diferenças entre os tamanhos dos grupos e, também, para apresentar um intervalo de confiança de 95% para as médias (HAUKOOS *et al*, 2005). Para a comparação dos sintomas de ansiedade pré-competitiva dos atletas antes de um jogo de playoff de duas competições distintas, foi efetuado o teste t de student dependente. Foi adotada a significância de  $p < 0,05$ .

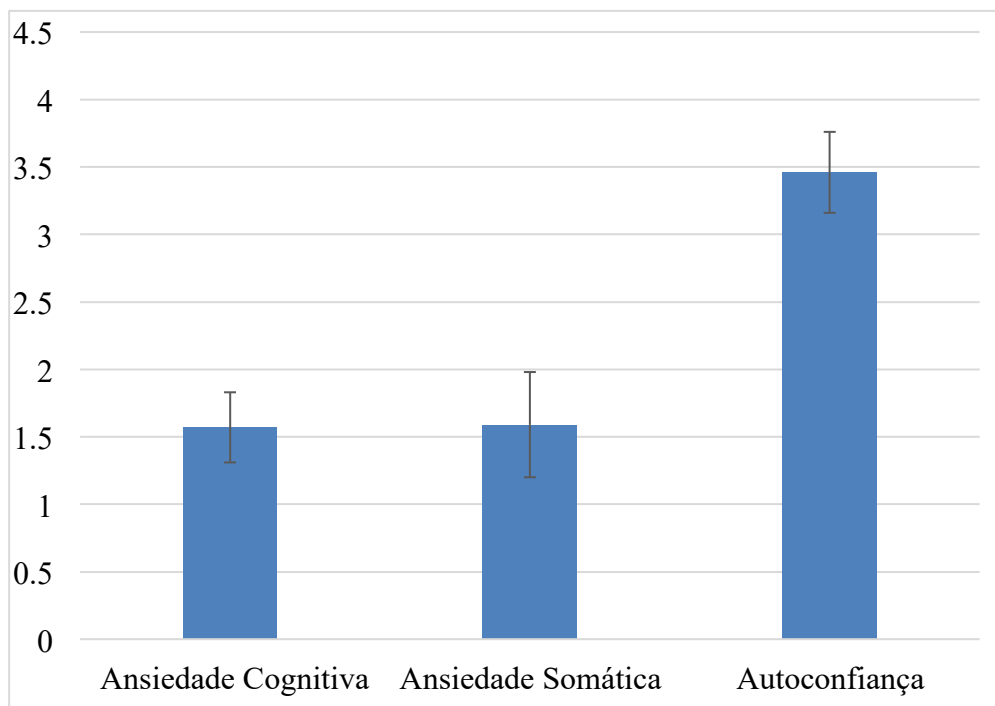
## RESULTADOS

Participaram da pesquisa 14 atletas de uma equipe de futsal do estado do Paraná antes de um jogo de playoff da Liga Nacional de Futsal, os quais foram avaliados em dois momentos: antes de um jogo de playoff da Liga Nacional de Futsal e antes de um jogo de playoff do Campeonato Paranaense de Futsal. A Figura 1 apresenta os sintomas de ansiedade pré-competitiva dos atletas de uma equipe de futsal do estado do Paraná antes de um jogo de playoff da Liga Nacional de Futsal. Nota-se que os atletas apresentaram escore elevado de autoconfiança ( $M = 3,49$ ;  $DP = 0,38$ ) e baixos escores de ansiedade somática ( $M = 1,75$ ;  $DP = 0,43$ ) e ansiedade cognitiva ( $M = 1,34$ ;  $DP = 0,32$ ).



**Figura 1.** Sintomas de ansiedade pré-competitiva dos atletas de uma equipe de futsal do estado do Paraná antes de um jogo de playoff da Liga Nacional de Futsal.

Conforme os dados da Figura 2, observa-se que, antes do jogo do Campeonato Paranaense de Futsal, o maior escore também foi de autoconfiança ( $M = 3,46$ ;  $DP = 0,30$ ), seguido da ansiedade somática ( $M = 1,57$ ;  $DP = 0,26$ ) e da ansiedade cognitiva ( $M = 1,57$ ;  $DP = 0,26$ ).



**Figura 2.** Sintomas de ansiedade pré-competitiva dos atletas de uma equipe de futsal do estado do Paraná antes de um jogo de playoff do Campeonato Paranaense de Futsal.

A Tabela 1 apresenta a comparação dos sintomas de ansiedade pré-competitiva dos atletas antes de um jogo de playoff das duas competições (Liga Nacional e Campeonato Paranaense). Nota-se que não foi encontrada diferença significativa ( $p > 0,05$ ) entre os sintomas de ansiedade antes dos dois jogos de playoff. Destaca-se que, em ambas as competições, os atletas apresentaram escores elevados de autoconfiança e escores inferiores de ansiedade cognitiva e ansiedade somática.

**Tabela 1** – Comparação dos sintomas de ansiedade pré-competitiva dos atletas de uma equipe de futsal do estado do Paraná antes de um jogo de playoff de duas competições (Liga Nacional e Campeonato Paranaense).

Sintomas de ansiedade	Liga Nacional	Campeonato		
	Paranaense	p-valor	M (DP)	
Ansiedade Cognitiva	1,34 (0,32)		1,57 (0,26)	0,052
Ansiedade Somática	1,75 (0,43)		1,59 (0,39)	0,601
Autoconfiança	3,49 (0,38)		3,46 (0,30)	0,591

\*Diferença significativa ( $p < 0,05$ ) – Teste t de *student* dependente.

## DISCUSSÃO

Os resultados do presente estudo indicaram que os atletas da equipe de futsal analisada apresentaram altos níveis de autoconfiança e baixa ansiedade cognitiva e somática antes de dois jogos de playoff — um pela Liga Nacional de Futsal e outro pelo Campeonato Paranaense. Além disso, não foram observadas diferenças significativas entre os dois contextos competitivos, sugerindo estabilidade do estado emocional dos atletas frente a situações decisivas.

Segundo a Teoria Multidimensional da Ansiedade Competitiva (Martens, Vealey e Burton, 1990), a ansiedade pré-competitiva é composta por três dimensões: ansiedade cognitiva, relacionada às preocupações e pensamentos negativos sobre o desempenho; ansiedade somática, correspondente às respostas fisiológicas de ativação; e autoconfiança, entendida como a crença do atleta em sua capacidade de obter sucesso (Jones, 1995). Nesse modelo, a ansiedade cognitiva e a somática tendem a prejudicar o desempenho, enquanto a autoconfiança atua como fator protetor, reduzindo os efeitos negativos do estresse competitivo.

Com base nessa perspectiva, os resultados desta pesquisa evidenciam um perfil emocional adaptativo dos atletas, caracterizado por autoconfiança elevada e baixos níveis de ansiedade, o que sugere que os jogadores percebem o ambiente competitivo de forma controlada e positiva. Tais achados são consistentes com os resultados de Nascimento Júnior *et al.* (2016), que observaram que atletas de handebol com maiores níveis de autoconfiança e coesão de grupo apresentavam menores índices de ansiedade pré-competitiva. Da mesma forma, Marenucci *et al.* (2020) observaram níveis reduzidos de ansiedade e elevados de resiliência em jogadoras de futsal universitário, destacando o papel do ambiente coletivo e do apoio entre companheiras como mediadores emocionais importantes.

Esses achados estão de acordo com a Teoria Multidimensional da Ansiedade Competitiva de Martens *et al.* (1990), segundo a qual a interpretação dos sintomas de ansiedade é determinante para o impacto sobre o desempenho esportivo: quando o atleta percebe os sinais fisiológicos e cognitivos de ativação como facilitadores, tende a apresentar melhor rendimento (Silva *et al.*, 2021). No presente estudo, a combinação entre baixa ansiedade e alta autoconfiança sugere que os atletas se encontravam em uma zona ótima de funcionamento, conforme o modelo proposto por Hanin e Ekkekakis (2014), no qual cada atleta possui um intervalo individual de ativação emocional que favorece o desempenho.

A ausência de diferenças significativas entre as duas competições (Liga Nacional e Campeonato Paranaense) indica que o tipo de torneio não interferiu nos níveis de ansiedade ou autoconfiança dos atletas. Esse resultado pode refletir uma maturidade psicológica do grupo, desenvolvida a partir da vivência em contextos de alta exigência, bem como o estabelecimento de rotinas de preparação mental e coesão grupal (Mellalieu *et al.*, 2009). Pesquisas anteriores demonstram que equipes com elevada coesão e suporte psicológico tendem a apresentar menor variação emocional entre competições (Carron; Eys; Martin, 2002; Nascimento Júnior *et al.*, 2016; Eys; Brawley, 2018).

Além disso, pesquisas recentes de Freire *et al.* (2022) e Moreira *et al.* (2022) apontam que a experiência esportiva e o tempo de prática são fatores que contribuem para a redução da ansiedade pré-competitiva, especialmente em atletas que participam de ambientes motivacionais baseados em apoio, clima de tarefa e autonomia percebida. Esses elementos parecem igualmente presentes na equipe analisada, o que reforça a consistência dos resultados encontrados. De forma geral, os achados reforçam a validade da Teoria Multidimensional da Ansiedade como referencial explicativo da dinâmica emocional pré-competitiva. A autoconfiança elevada observada no grupo funciona como elemento amortecedor frente às respostas cognitivas e somáticas da ansiedade, confirmando o papel modulador desse constructo sobre o desempenho esportivo (Martens, Vealey e Burton, 1990). Assim, o perfil emocional identificado é característico de equipes com alto nível de preparação psicológica e estabilidade emocional diante da pressão competitiva.

Apesar da relevância dos achados, algumas limitações devem ser consideradas. Primeiro, a amostra reduzida ( $n = 14$ ) limita a generalização dos resultados e reduz o poder estatístico para detectar diferenças sutis entre competições. Em segundo lugar, a avaliação ocorreu apenas em dois momentos pré-competitivos, não permitindo observar a variação dos níveis de ansiedade ao longo da temporada ou em diferentes fases da competição. Terceiro, não foram analisadas variáveis moderadoras (como idade, posição em quadra, tempo de prática, ou suporte psicológico), que poderiam explicar variações individuais nas respostas emocionais. Dessa forma, pesquisas futuras podem ampliar a amostra, incluir medidas longitudinais e explorar a relação entre ansiedade, autoconfiança e desempenho real em jogo, bem como investigar o impacto de intervenções psicológicas específicas sobre esses indicadores.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Do ponto de vista prático, os resultados demonstram a importância de programas contínuos de treinamento psicológico voltados ao fortalecimento da autoconfiança e à regulação da ansiedade pré-competitiva. Apesar da relevância dos achados, algumas limitações devem ser consideradas. Primeiro, a amostra reduzida ( $n = 14$ ) limita a generalização dos resultados e reduz o poder estatístico para detectar diferenças sutis entre competições. Em segundo lugar, a avaliação ocorreu apenas em dois momentos pré-competitivos, não permitindo observar a variação dos níveis de ansiedade ao longo da temporada ou em diferentes fases da competição. Terceiro, não foram analisadas variáveis moderadoras (como idade, posição em quadra, tempo de prática, ou suporte psicológico), que poderiam explicar variações individuais nas respostas emocionais. Dessa forma, pesquisas futuras podem ampliar a amostra, incluir medidas longitudinais e explorar a relação entre ansiedade, autoconfiança e desempenho real em jogo, bem como investigar o impacto de intervenções psicológicas específicas sobre esses indicadores.

## REFERÊNCIAS

- ALEXANDRE, L. W.; ARAÚJO, C. de. *Contribuições da psicologia na formação de atletas de futsal: relato de experiência*. *Esporte e Sociedade*, ano 17, n. 40, dez. 2024.
- CALDAS, R. et al. *Ansiedade pré-competitiva em atletas de futsal: impacto nos jogos decisivos*. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, v. 10, n. 2, p. 45-58, 2023.
- CAMARGO, L. *Psicologia do Esporte aplicada à ansiedade pré-competitiva*. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, v. 9, n. 1, p. 23-35, 2023.
- CARRON, A. V. et al. *Cohesion and performance in sport: a meta analysis*. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v. 24, n. 2, p. 168-188, 2002.
- CARVALHO, P.; HERNANDEZ, F.; NASCIMENTO, L. *Psicologia positiva no esporte: bem-estar e performance em atletas profissionais*. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, v. 13, n. 2, p. 60-74, 2023.
- CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Panorama da atuação da Psicologia do Esporte nos clubes brasileiros*. Brasília: CFP, 2021. Relatório técnico. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/publicacao/panorama-psicologia-esporte>. Acesso em: 9 nov. 2025.
- CORRÊA, A.; MARQUES, F.; DIAS, R. *Desenvolvimento da Psicologia do Esporte no Brasil: trajetória e perspectivas*. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 33, n. 2, p. 101-115, 2019.
- EYS, M. A.; BRAWLEY, L. R. *Reflections on cohesion research with sport and exercise groups*. *Social and Personality Psychology Compass*, v. 12, n. 4, p. e12379, 2018.
- FRADES, L. J.; OLIVEIRA, E. S. A.; VAROLI, B. M.; CARNEIRO, C. M. C. *Adoecimento psíquico em atletas de alto rendimento: a importância da Psicologia do Esporte*. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, v. 4, n. 3, p. 1-16, 2020.

FREIRE, G. L. M. et al. *A idade e o tempo de prática estão associados à ansiedade pré-competitiva de escolares praticantes de esportes? Revista Inspirar Movimento & Saúde*, v. 22, n. 4, 2022.

FREIRE, G. L. M. et al. *Are the traits of perfectionism associated with pre-competitive anxiety in young athletes? Perfectionism and pre competitive anxiety in young athletes. Cuadernos de Psicología del Deporte*, v. 20, n. 2, p. 37-46, 2020.

HANIN, J.; EKKEKAKIS, P. *Emotions in sport and exercise settings*. In: *Routledge Companion to Sport and Exercise Psychology*. p. 83-104, 2014.

JANUÁRIO, M. S.; MAGALHÃES, I. C.; FERREIRA FILHO, D. A. *A contribuição da Psicologia Esportiva para o sucesso de atletas de alto rendimento. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 9, n. 4, p. 9167–9172, 2023.

JONES, G. *More than just a game: research developments and issues in competitive anxiety in sport. British Journal of Psychology*, v. 86, n. 4, p. 449-478, 1995.

MARENUCCI, A. et al. *Ansiedade competitiva em atletas de futsal: estudo sobre a Teoria Multidimensional. Revista de Psicologia do Esporte e Exercício*, v. 11, n. 2, p. 87-101, 2020.

MARENUCCI, N. R. et al. *Ansiedade pré-competitiva, coesão de grupo e resiliência em atletas de futsal feminino. RBFF – Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, v. 12, n. 48, p. 195-201, 2020.

MARTINS, P.; PEREIRA, S. *Fundamentos da Psicologia do Esporte no contexto profissional. Revista de Ciências do Esporte*, v. 12, n. 3, p. 78-92, 2024.

MELLALIEU, S. D. et al. *A competitive anxiety review: recent directions in sport psychology research*. New York: Nova Science Publishers, 2009.

MIGUEL, F. K. *Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional. Psico-USF, Bragança Paulista*, v. 20, n. 1, p. 153–162, jan./abr. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/141382712015200114>. Acesso em: 9 nov. 2025.

MOREIRA, J. A. G. L. F. et al. *Ansiedade pré-competitiva e sintomas de burnout em escolares praticantes de esportes. Psicologia e Saúde em Debate*, v. 8, n. 1, p. 333-344, 2022.

NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. do et al. *Análise das relações entre ansiedade-estado e coesão de atletas de handebol. Psicologia: Teoria e Prática*, v. 18, n. 2, p. 89-102, 2016.

NASCIMENTO, M. R.; CARVALHO, L. T. C.; HERNANDEZ, J. A. E. *Psicologia positiva do esporte e do exercício físico no Brasil: revisão sistemática*. In: *Psicologia: foco nas práticas em saúde mental*. Cap. 5. Rio de Janeiro: Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2023.

OLIVEIRA, R. M. F. de. *Teoria OPTIMAL no contexto esportivo: efeitos de diferentes focos de atenção no desempenho de habilidades motoras do futsal*. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Uberlândia, Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Uberlândia, 2024.

QUINTINO, S. G.; GAZZOLA, R. A. *Psicologia aplicada ao esporte: um estudo sob a perspectiva da Teoria Cognitivo-Comportamental. Revista Eletrônica Científica de Psicologia*, v. 25, n. 2, nov. 2015. ISSN 1678-300X.

ROBERTO, T. G.; MACEDO, F. L. *A importância e os benefícios da Psicologia do Esporte: revisão da literatura. Revista Interciência – IMES Catanduva*, v. 1, n. 5, p. 2–5, 2021.

# SIMPAPAR

Simpósio de Pesquisa, Extensão e Inovação do Paraná

Realização



Núcleo de  
Empreendedorismo,  
Pesquisa e Extensão  
Integrado

Apoio



FUNDAÇÃO  
ARAUCÁRIA  
Apoio ao Desenvolvimento Científico  
e Tecnológico do Paraná

SILVA, A. A. et al. *O papel preditivo do coping em atletas. Motricidade*, v. 17, n. 4, p. 375-382, 2021.

SILVA, A. B. da; CALIXTO, B. H.; BORGES, R. S. *Psicologia do esporte no futsal: impacto das intervenções psicológicas na coesão e desempenho da equipe*. Curitiba: Centro Universitário Cesumar de Curitiba, 2024.

SILVA, A. V. S. L. da; FIOCHI-MARQUES, M.; FERNANDES, P. T. *Psicologia do esporte no futebol e futsal: caminhos para o desenvolvimento integral de atletas*. *Arquivos de Ciências do Esporte*, v. 12, 2024. Disponível em: <http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/aces>. Acesso em: 9 nov. 2025.

TREVELIN, F.; ALVES, C. F. *Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta*. *Psicologia: Revista da Universidade São Francisco*, v. 27, n. esp., p. 545–562, 2018.

WEINBERG, R.; GOULD, D. *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. 3. ed. Champaign: Human Kinetics, 2001. (apud MARTINS; PEREIRA, 2024).