PERFIL MORFOLÓGICO, FISIOLÓGICO E PSICOLÓGICO DE ATLETAS DE FUTSAL DAS DUAS EQUIPES FINALISTAS DO XXI JOGOS ESCOLARES DE CAMPO GRANDE/MS

Sandro Torales Schulz[1]; Paulo Ricardo Martins Nuñez[1]; Carlos Alexandre Habitante[1]; Júnior Vagner Pereira da Silva[1]

[1]LAPERHS/UNIDERP

RESUMO

O presente estudo tem por objetivo analisar a estrutura da performance em futsal, através das informações obtidas de um conjunto de variáveis antropométricas, de aptidão física relacionada à performance desportiva e de fatores psicológicos para a motivação relacionada ao rendimento desportivo. A amostra investigada foi composta de 22 atletas de 13 a 16 anos do sexo masculino, pertencente às duas equipes finalistas do XXI Jogos Escolares de Campo Grande/MS. As variáveis de massa corporal, estatura e espessuras de dobras cutâneas nas regiões tricipital e subescapular foram coletadas para determinar o perfil antropométrico, a aptidão física foi avaliada através de alguns testes da bateria proposta pelo PROESP-BR, o inventário de motivação para a prática desportiva foi aplicado para determinação do perfil psicológico de motivação. A média de idade dos atletas era de 15,3 ± 0,98 anos. Na análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva média, mínimo, máximo, desvio padrão, para caracterizar a amostra em estudo. As medidas de massa corporal (59,8 ± 6,43 Kg), estatura (1,70 ± 0,06 cm) e adiposidade (12,1 ± 1,62 % de gordura relativa) dos atletas estavam dentro dos padrões atléticos considerados ideais para um bom desempenho físico. Analisando os resultados dos fatores motivacionais que levavam os atletas a continuarem treinando, os motivos “para desenvolver habilidades” que obteve 81,82 % de importância pelos atletas e “para vencer” 72,72 % de importância, estes relacionados ao rendimento esportivo, e relacionado à saúde somente o motivo “para manter a saúde” 81,82 % com maior grau de importância, chegando a conclusão que os motivos mais importantes são aqueles relacionados ao bom desempenho e a possibilidade de serem atletas profissionais. Já os resultados dos testes de indicadores do desempenho físico nos testes de resistência abdominal 47,3 ±7,04 repetições, velocidade 3,30 ± 0,34 seg. e o teste de agilidade 4,51 ± 0,36 seg. apresentaram boas classificações, mas alguns testes inferiores a outros estudos. Como por exemplo flexibilidade (30,4 ± 6,85 cm), impulsão horizontal (2,06 ± 0,22 cm) e VO2máx. (46,8 ± 3,35 ml/Kg/min).

Palavras chave: futsal, desempenho esportivo e aptidão física.

INTRODUÇÃO

O futsal está entre os três esportes mais praticados no país conquistando lugar de destaque entre os esportes de quadra. Sendo praticado por milhões de pessoas em todos os continentes, tanto como forma de lazer, quanto sob a forma de esporte competitivo; é através de sua historia que podemos evidenciar todo essa crescente do desporto (VOSER, 2001).

O esporte de alto rendimento vem apresentando uma evolução muito acentuada nos últimos 20 anos, principalmente devido ao embasamento científico oriundo de áreas como Fisiologia do Exercício, Biomecânica e a Psicologia aplicada aos esportes. Os avanços na fisiologia desportiva promoveram um interesse no desenvolvimento de perfis fisiológicos, capazes de descrever as qualidades e características associadas aos atletas de elite nas várias modalidades esportivas. Tais perfis apresentam uma considerável aplicação no desenvolvimento do esporte e no fornecimento de dados sobre atletas de elite, com os quais torna-se possível à comparação com dados de atletas aspirantes.

A demanda cada vez maior do ambiente desportivo em alcançar metas e superar performances torna a inserção do psicólogo desportivo nesta área indiscutível. Percebe-se, atualmente, que a preparação psicológica do atleta adquire importância tanto quanto a preparação física, técnica e/ou tática. Muitas vezes, o estado emocional torna-se o diferencial na obtenção do desempenho esperado. Entretanto, as ampliações do enfoque de estudos e atuação nesta área exigem capacitação do profissional. Por ser um campo considerado recente, já que de acordo com a maioria dos autores teve

seu início no final do século XIX, início do XX, a formação do profissional ainda carece de aperfeiçoamento (RUBIO, 2002).

Tutko e Richards (1984) reiteram que, provavelmente, o papel mais importante que um treinador desempenha é o de motivador. Sua personalidade, convicção, fins e técnicas de motivação são o principal para o desenvolvimento das atitudes de seus jogadores e o para o grau de sucesso que estes alcançarão. Portanto, necessita analisar sua própria teoria de motivação e examinar seus enfoques dessas qualidades que pensa serem importantes para obter o resultado.

Na Psicologia moderna, o termo motivação é utilizado para designar a intensidade do esforço e a direção do comportamento humano. É uma dimensão direcional que indica a finalidade do comportamento ou porque as pessoas se orientam a um ou outro objetivo. No âmbito da atividade física e do esporte, a motivação é produto de um conjunto de variáveis sociais, ambientais e individuais que determina a eleição de uma modalidade física ou esportiva e a intensidade da prática dessa modalidade, que determinará o rendimento (ESCARTÍ e CERVELLÓ, 1994).

Também Singer (1977) descreve a motivação como sendo a insistência em caminhar em direção a um objetivo. Existem ocasiões onde a meta principal pode ser o alcance de uma recompensa, tal como ter o nome impresso, ganhar um troféu ou um elogio.

No que se diz respeito à oportunidade de se compreender melhor o esporte, o perfil do atleta de elite oferece informações importantes, tanto àquelas áreas de treinamento que devem ser enfatizadas, como naquelas que necessitam de pouca atenção. Uma avaliação sistemática das medidas antropométricas, composição corporal e potência aeróbica resultam em informações que são imprescindíveis para a planificação de um programa de treinamento eficaz.

Diversos aspectos são relacionados ao desempenho do atleta em uma partida de futsal, podendo ser destacados então: as capacidades físicas, capacidades coordenativas motoras e as características morfológicas como as mais importantes para o alcance dos resultados no futsal.

Conforme Caetano (2005), o futsal é um esporte que requer do atleta uma condição física invejável, pois hoje no alto nível em dia essa capacidade é um item que, muitas vezes, faz a diferença. E se falando em potência e agilidade, que essas duas capacidades físicas são de suma importância para o Futsal, pois o atleta que tem agilidade, vai estar à frente dos demais do ponto de vista técnico e o mesmo em se falando de potência aeróbica. Metabolicamente podemos caracterizar o futsal como uma modalidade de solicitação intermitente, mas com predominância anaeróbica lática, porem muitos técnicos e preparadores físicos atribuem ao futsal um caráter predominantemente aeróbio, pela prioridade dada ao treino aeróbio por muitos deles no período de preparação.

O estudo teve como objetivo analisar o perfil morfológico, fisiológico e psicológico dos atletas de futsal das duas equipes finalistas dos Jogos Escolares de Campo Grande/MS de 2006.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O estudo caracterizou-se como uma pesquisa descritiva, do tipo de estudo de caso, como análise correlacional das variáveis. Em uma pesquisa correlacional, segundo Gay (1987) e Reis (2001), o pesquisador não influencia (ou tenta não influenciar) qualquer variável, mas apenas as mede e procura por relações (correlações) entre elas, para que o pesquisador possa verificar a força de associação ou a co-ocorrência entre elas. Witter e Oliveira (1993) escrevem, ainda, que são pesquisas que têm o melhor potencial de generalizações e de inferências. E ainda no presente estudo foram cumpridos todos os termos da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de saúde (CONEPE) e demais resoluções complementares que estabelecem as normas e diretrizes para o desenvolvimento de pesquisa com seres humanos.

População e Amostra

A população alvo deste estudo abrangeu atletas de futsal com idade entre 13 a 16 anos de idade, do sexo masculino, de equipes escolares da Rede de Ensino de Campo Grande-MS, participantes dos XXI Jogos Escolares de Campo Grande/2006 (JEC'S).

A amostra deste estudo contou de 22 atletas integrantes das duas equipes finalistas dos XXI JEC'S.

Instrumentos

Para a identificação dos principais fatores motivacionais, utilizou-se o Inventário de Motivação para a Prática Desportiva de Gaya, e Cardoso (1998), composta por 19 questões objetivas de escala somativa ou aditiva com cinco níveis de respostas (nada importante; pouco importante, importante, muito importante e muitíssimo importante), subdividindo em 3 categorias: rendimento desportivo, saúde e amizade/lazer.

Para obter as medidas antropométricas, os atletas foram medidos quanto à estatura (cm), peso (Kg) e dobras cutâneas (TR e SE em mm) e a partir das medidas de dobras cutâneas determinou a quantidade de gordura relativa.segundo padronização de Boileau et al, (1985). O Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado mediante a relação entre massa corporal (Kg) e estatura (m).

Para a determinação da Aptidão Física Relacionada à Performance, utilizou-se alguns testes da bateria proposta pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR): o teste sit up's (abdominal em 1 minuto) para determinar a força/resistência muscular, o teste do quadrado para avaliar a agilidade, teste sit and reach (sentar e alcançar) para a flexibilidade, para a força explosiva de Membros Inferiores o teste de Impulsão Horizontal, a corrida dos 20metros para determinar a velocidade e o teste de Cooper para a resistência cardiorrespiratória, e o VO2 *máx*. foi obtido pelo calculo da equação descrita por Guedes & Guedes (1997).

Tratamento Estatístico

Atendendo aos objetivos propostos neste estudo, utilizou-se para tabulação dos dados o programa Microsoft Excel versão XP profissional.

Na análise das variáveis quantitativas, foi utilizada a estatística descritiva básica: média, mínimo, máximo, desvio padrão, para caracterizar a amostra em estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 1: *Características das variáveis antropométricas e dos indicadores da composição corporal dos atletas de futsal.*

Variável	Média	Mínimo	Máximo
Idade (anos)	15,3 ± 0,98	13	16
Peso (Kg)	59,8 ± 6,43	47	69
Estatura (cm)	1,70 ± 0,06	1,58	1,82
IMC (Kg/m²)	20,6 ± 1,74	17,8	24
Gordura Relativa (%)	12,1 ± 1,62	9,5	16

Os resultados encontrados no presente estudo de peso e estatura conforme a tabela 01 vão de encontro aos achados por Seabra; Maia e Garganta (2001), onde avaliarão futebolistas e não futebolistas com idade média parecida com este estudo. Os resultados achados neste estudo de peso e estatura confirmam aos de outros autores (Bailey, 1988; Malina, 1994) que referem que grande parte dos jovens atletas tende a estarem mais avançados em termos maturacionais do que os jovens da mesma idade cronológica que não praticam qualquer esporte.

Este fato poderá explicar as diferenças dimensionais e ponderais dos jovens avançados maturacionamente relativamente aos jovens atrasados, que são sempre mais leves e mais baixos, ou ao contrário com sobrepeso ou obesidade, que foram comparados em outras variáveis, IMC e gordura relativa.

Do mesmo modo que há uma diferença na estatura e no peso de jovens atletas dos não atletas, há também uma diferença na composição corporal, onde a gordura relativa dos atletas é baixa e com

maior massa magra, já dos jovens inativos a gordura relativa é mais alta e com menos massa magra, e estando assim os atletas participantes do estudo, dentro dos padrões de gordura relativa sugerida por Boileau et al. (1985) para jovens atletas. Outro componente para a verificação da composição corporal, o IMC, também apresentou níveis de normalidade (eutrófico) dentro dos padrões considerados saudáveis, já que esta variável pode ser utilizada também para a saúde.

Tabela 2: *Grau de motivação dos atletas a prática do futsal na categoria rendimento desportivo.*

Rendimento Desportivo	Níveis de preferência (%)				
	1	2	3	4	5
Para vencer	0,00	0,00	13,64	13,64	72,72
Para ser o melhor no esporte	4,54	0,00	18,19	13,64	63,63
Para competir	0,00	0,00	13,64	27,27	59,09
Para ser um atleta	0,00	0,00	4,54	27,27	68,19
Para desenvolver habilidades	0,00	0,00	4,54	13,64	81,82
Para aprender novos esportes	9,09	9,09	27,27	40,91	13,64
Para ser jogador quando crescer	0,00	4,54	18,19	22,72	54,55

Na tabela 02, temos os resultados da investigação da motivação a prática do futsal pelos atletas, na categoria de rendimento desportivo. Nesta categoria, as questões que demonstraram ser mais significativas para os atletas foram aquelas relacionadas com uma boa apresentação dentro do esporte. As questões “para desenvolver habilidades”, “para vencer” e “para ser um atleta” foram apontadas por um grande percentual de atletas como razões muitíssimo importantes para a prática do futsal. As questões “para ser o melhor no esporte”, “para competir” e “para ser jogador quando crescer” foram assinaladas com menor importância, mas também tiveram grandes níveis de porcentagem. Já a alternativa referente a aprender esportes novos teve menor significância para os atletas. Esses dados demonstraram que a maior importância para os atletas é realmente os elementos que os levarão chegar a vitória ou mesmo ter uma boa apresentação.

O aperfeiçoamento dos gestos motores do esporte, conseqüentemente a vitória e o sonho de se tornar um atleta profissional são os fatores que motivam os atletas a praticarem o futsal. Esses dados estão de acordo com os encontrados por Siqueira; Gaya; Cardoso e Torres (2003), que traçaram uma estrutura da performance desportiva e identificaram os motivos dos atletas para a prática. Singer (1984) afirma que indivíduos que se tornam mais satisfeitos com suas experiências esportivas provavelmente vão continuar praticando. Essas pessoas desenvolvem capacidades pessoais e têm mais chances de conquistar seu potencial através de determinação e compromisso.

As questões relacionadas a um bom desempenho esportivo são motivos importantes para os jovens na prática esportiva, especialmente para os meninos que são bastante motivados para as necessidades de realização pessoal (MYOTIN, 1995).

Os resultados referentes aos fatores motivacionais que levam os adolescentes a prática de futsal, encontrados neste estudo, apontam diferenças dos encontrados por Paim e Pereira (2004), que investigaram adolescentes do sexo masculino, praticantes de capoeira na escola, em que o as categorias de saúde e amizade/lazer foram considerados de maior importância pelos jovens.

Na tabela 03, temos os resultados da investigação da motivação a prática de futsal na categoria saúde. Somente a alternativa “para manter a saúde” teve a maior importância para os atletas. Já o motivo “para emagrecer” foi o que obteve o menor percentual (13,64%) de respostas em nível de motivo de muitíssimo importante.

Os resultados obtidos a partir da investigação dos fatores motivacionais dos atletas de futsal são diferenciados dos achados por Deschamps e Domingues Filho (2005), que identificou em adultos de ambos os sexos, praticantes de ciclismo indoor, que as questões relacionadas à saúde são bastante

importantes na motivação desses adultos com a prática de ciclismo indoor. Gill, (2000), acrescenta que adultos e crianças são motivadas a participar em espores por razões similares. Embora os aspectos sobre saúde são mais importantes para os adultos, e o desenvolvimento de habilidades e competências são mais relevantes para as crianças.

Tabela 3: *Grau de motivação dos atletas a prática do futsal na categoria Saúde.*

Saúde	Níveis de preferência (%)				
	1	2	3	4	5
Para exercitar-se	0,00	0,00	4,54	59,10	36,36
Para manter a saúde	0,00	0,00	4,54	13,64	81,82
Para desenvolver a musculatura	0,00	4,54	0,00	45,46	50,00
Para ter bom aspecto	0,00	4,54	22,72	36,37	36,37
Para manter o corpo em forma	0,00	9,09	22,72	27,27	40,91
Para emagrecer	9,09	50,00	9,09	18,19	13,64

Tabela 4: *Grau de motivação dos atletas a prática de futsal na categoria Amizade e Lazer.*

Amizade/Lazer	Níveis de preferência (%)				
	1	2	3	4	5
Para brincar	9,09	63,63	22,72	0,00	4,54
Por que eu gosto	0,00	4,54	9,09	18,19	68,19
Para encontrar amigos	4,54	22,72	40,91	18,19	13,64
Para me divertir	4,54	27,27	22,72	31,82	13,64
Para fazer novos amigos	13,64	18,19	18,19	31,82	18,19
Para não ficar em casa	27,27	31,82	18,19	18,19	4,54

Na tabela 04, visualizamos os resultados da investigação da motivação a prática de futsal na categoria amizade/lazer. O motivo mais significativo para os atletas refere-se ao gosto pelo esporte, motivo bastante claro no sentido em que os jovens estão praticando um esporte de maneira espontânea sem grandes pressões externas. Já os motivos referentes a encontrar amigos, divertir-se e fazer novas amizades não têm tanta importância para os atletas, confirmando que o motivo dos atletas nesta idade é a insistência em caminhar em direção a um objetivo. Existem ocasiões onde a meta principal pode ser o alcance de uma recompensa, tal como ter o nome impresso, ganhar um troféu ou um elogio. Em outras ocasiões, pode tomar a forma de um impulso para o sucesso, para provar ou conseguir algo para a auto-realização. Sem a motivação, um esportista não desempenhará ou desempenhará mal. Existe um nível ideal de motivação que deve estar presente em qualquer atividade e este depende da natureza da atividade tanto quanto da personalidade do esportista. (SINGER, 1977). As respostas “para brincar” e “para não ficar em casa” não apresentaram um padrão significativo nas respostas, pois atingiram somente 4,54%, o que equivale somente a uma vez assinalada pelos atletas, indicando-os como um fator importante ou pouco importante para a prática de futsal. Isso pode ser resultado do fato do termo brincar um tanto pejorativo para os jovens que estão saindo da infância.

Esses dados são diferenciados aos de Fiorese (1993) aonde verificou, que nas modalidades individuais, os fatores desenvolver habilidades e excitação/desafio são os que permanecem somar-se ao fator aflição (estar com amigos, permanecer a uma equipe, etc.) em termos de importância.

Scalon; Becker Jr. e Brauner (1999), estudando os fatores motivacionais para a aderência aos programas de iniciação esportiva, verificam que os alunos se envolvem na pratica esportiva, principalmente, em busca de divertimento, da alegria e do prazer que o esporte proporciona. Nesta perspectiva, Lawther (1973) acrescenta que o valor educacional, o valor recreativo e o valor de saúde mental dos esportes diminuem se a atividade não é divertida.

Tabela 5: *Comportamento dos indicadores de desempenho motor dos atletas de futsal.*

Variável	Média	Mínimo	Máximo
Resistência Abdominal (repetições)	47,3 ± 7,04	33	61
Flexibilidade (cm)	30,4 ± 6,85	11	42
Impulso Horizontal (cm)	2,06 ± 0,22	1,65	2,35
Velocidade (seg.)	3,30 ± 0,34	2,72	3,81
Agilidade (seg.)	4,51 ± 0,36	3,89	5,50
Vo2 máx. (ml/Kg/min)	46,8 ± 3,35	40,8	52,6

Os resultados observados no presente estudo com relação aos indicadores de desempenho motor, apresentaram uma boa média de resistência abdominal (47,3 ± 7,04 repetições), velocidade (3,30 ± 0,34 seg.) e a agilidade com média de (4,51 ± 0,36 seg). Já flexibilidade apresentou (30,4 ± 6,85 cm), impulsão horizontal (2,06 ± 0,22 cm) e VO2máx. (46,8 ± 3,35 ml/Kg/min.) inferiores a outros já encontrados.

Em estudos realizados sobre os perfis de aptidão física geral de atletas de futsal espanhóis e brasileiros, MOLINUEVO & ORTEGA (1989) e SANTOS et al. (1991), respectivamente, constataram que atletas de futsal possuem altos valores de força de membros inferiores e agilidade, alem de força/resistência abdominal, provavelmente pelas exigências específicas dos movimentos desempenhados durante as partidas.

Em um estudo de Bello Jr (1998) ele encontrou na força/resistência abdominal os maiores escores-z em atletas de futsal, destacando-a como a principal capacidade física dos atletas dessa modalidade.

No teste de abdominal em 1 minuto, de acordo com a classificação do teste os resultados foram considerados bons com relação aos daqueles que se tem para níveis de saúde em uma tabela em função da faixa etária de Pollock (Rocha, 2002), que apresenta para a faixa etária estudada como nível excelente acima de 48 repetições por minuto. Levando esta tabela como referencial a média do grupo esteve muito próximo da excelência, atingindo o resultado médio de 47,3 repetições e um desvio padrão de 7,04. Guedes et al. (2002) que avaliando adolescentes de 15 a 18 anos encontrou os seguintes resultados para o teste de abdominal em um minuto, 42,91 de média e um desvio padrão de 7,34.

Os excelentes níveis de desenvolvimento de força/resistência muscular abdominal, verificados em atletas de futsal, se justificam principalmente pela mecânica empregada no fundamento chute que é extremamente dependente, dentre outros fatores, da contração dos músculos da parede abdominal.

O teste de sentar e alcançar para a flexibilidade contempla a avaliação da região lombar e posteriores de coxa, apesar do questionamento de que áreas seriam mais efetivas na realização do movimento (SIMONEAU, 1998). Apesar disso, o mesmo continua sendo bastante recomendado para a medida da flexibilidade (POLLOCK; WILMORE, 1993; ACSM, 2000). Alem disso, atribui-se ao teste de sentar e alcançar uma alta confiabilidade (MATHEWS, 1980).

E no indicador de flexibilidade, obteve uma média de 30,4 cm e o desvio padrão de ± 6,85 classificados por HEYWARD, (1997) com bons para a faixa etária, valores estes inferiores aos achados por Cyrino et al (2002) onde analisaram o desempenho motor de jovens atletas de futsal que atingiram médias de 53,85 e 58,14 cm em dois momentos pré e alta temporada. Em outro estudo realizado por Guedes, D. P. et al. (2002) que analisaram a aptidão física de adolescentes, encontraram resultados parecidos 29,37 ± 9,51.

Para a determinação da força de membros inferiores o teste do salto horizontal foi utilizado, nesta variável os resultados atingiram bons níveis de classificação segundo a tabela da PROESP (2005), estando a média (2,06) acima das encontradas por Ré et al. (2005) que estudaram o desempenho motor de jovens do sexo masculino. Cyrino et al. (2002) analisou jovens atletas e jovens que não praticavam atividades físicas, divididos em grupo de treinamento e grupo controle, comparando o presente estudo com o de Cyrino, verificamos que a média encontrada neste estudo é melhor que a do grupo controle (202,38) e inferior que o grupo de atletas que permaneceu treinando (221,28). O futsal por ser um esporte de grande exigência dos membros inferiores e apresenta maior massa muscular nos membros inferiores, e que deste modo parece influenciar nos resultados deste teste.

No estudo as seguintes variáveis de agilidade e velocidade demonstraram estar dentro dos padrões considerados bons dentro do esporte, pois comparados com recentes estudos com jovens de equipes de futsal que possuíam uma preparação física parecida com as equipes profissionais. A agilidade obteve média de 4,51segundos no teste do quadrado e na velocidade 3,30 segundos no teste da corrida de 20 metros.

Para os jogadores de futebol e futsal, o treinamento da agilidade é ótimo para melhorar os níveis de habilidade (SCHMID; ALEJO, 2002).

O trabalho específico sobre o sistema aeróbio de fornecimento de energia visa aumentar a resistência cardiovascular do indivíduo, que é de extrema importância no trabalho de preparação física do atleta de futsal. A determinação desse parâmetro é obtida a partir do cálculo do consumo máximo de oxigênio (VO2máx) que, em jogadores de futebol profissional, varia de 55 a 65 ml/kg/min. O desenvolvimento da capacidade aeróbia é um dos fatores determinantes da performance desses atletas dentro de campo e na quadra.

De acordo com os nossos resultados, os valores da medida do VO2máx para os atletas de futsal foram de 46,8 ± 3,35 ml/kg/min. Esses dados são inferiores aos encontrados por Souza (2002), estudando atletas de mesma idade, em jogadores de futebol de campo. Apesar de essas modalidades serem realizadas em ambientes distintos, as exigências metabólicas são similares. Quanto à medida direta do VO2máx, no presente trabalho foram encontrados valores de 62,8 ± 10,1ml/kg/min, semelhantes aos relatos de Jones e Helmes (1993), que, estudando atletas de futebol de campo entre 14 e 18 anos, verificaram que o VO2máx variava de 55,1 a 61,1ml/kg/min. Desta forma vimos que os atletas deste estudo apresentaram os valores inferiores de VO2máx comparados com outros estudos já citados.

CONCLUSÃO

O futsal apesar de ser um esporte relativamente novo, vem conquistando uma grande expansão geográfica no mundo inteiro, mas a literatura e estudos científicos ainda são escassos. Devido a incansável busca pelo bom desempenho das equipes e atletas, percebe-se a necessidade de pesquisas e estudos acerca do futsal, para fomentar a produção do conhecimento cientifico.

Na investigação sobre a motivação para a prática do futsal, os fatores relacionados ao rendimento desportivo foram os de maior importância. No entanto os motivos relacionados à saúde também aparecem como um importante fator motivacional para os atletas de futsal, já os relacionados à amizade/lazer são de pouca significância para os atletas. A alta incidência na categoria de rendimento desportivo pode ter relação com a busca de um melhor rendimento no esporte e com a tentativa de se tornarem atletas profissionais.

Quanto aos indicadores da composição corporal os atletas apresentaram, valores de percentual de gordura estão dentro dos padrões considerados saudáveis e para a prática esportiva, e com relação ao IMC dos atletas não apresentaram sobrepeso ou obesidade.

Quanto ao perfil atlético dos atletas, eles apresentaram-se morfologicamente dentro dos padrões para atletas de futsal, e em relação aos aspectos fisiológicos apresentam um desempenho motor com índices inferiores aos demais estudos com atletas de clubes que permaneciam treinando por mais tempo. No perfil psicológico os atletas demonstraram-se motivados a treinar para terem bons desempenhos dentro de quadra.

REFERÊNCIAS

BARBANTI, V. .J. **Aptidão física - um convite à saúde**. São Paulo: Editora Manole, 1990.

BELLO JR, N. **A ciência do esporte aplicada ao futsal**. Rio De Janeiro, Sprint, 1998.

CUNHA, F. A. **Avaliação física no futebol.** Disponível em: http//www.cdof.com.br/futebol23.htm Acesso em: 21. nov. 2005.

CRATTY, B. J**. Psicologia no esporte**. 2.ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1983.

CYRINO, E. S.; ALTIMARI, L. R.; OKANO, A. H.; COELHO, C. F. **Efeitos do treinamento de futsal sobre a composição corporal e o desempenho motor de jovens atletas.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, vol. 10, nº 1, p. 41-46, 2002.

ELIAS, L. O.; VOSER, R. C. **Perfil da aptidão física e comportamento no desenvolvimento das capacidades físicas de atletas de futsal.** Disponível em:

http//www.futsalbrasil.com.br/artigos/artigos.php. Acesso em: 12. fev. 2006.

ESCARTÍ, A.; CERVELLÓ, E. **La motivación en el deporte.** En: ISABEL FILIN, W. P. **Desporto juvenil, teoria e metodologia.** Londrina: CID, 1996.

FIORESE, L. **A relação entre a percepção de competência de atletas adolescentes e seus motivos para a prática desportiva.** 1993. 87 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 1993.

GAYA, A.; CARDOSO, M. **Os fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo. Perfil,** Porto Alegre, ano 2, nº 2, 1998.

GILL, D. L. **Psychological Dynamics of sport and Exercise.** 2º Ed. Illinois: Human Kinetics. 2000.

GUEDES, Dartagnan P. & GUEDES, Joana E. R. P. **Crescimento, composição corporal e desempenho motor de crianças e adolescentes.** São Paulo, CRL Balieiro, 1997.

JONES A, HELMES P. **Cardiorespiratory fitness in young British soccer players.** In: Reilly T, Clarys J, Stibbe A, editors. Science and Football II. London/New York: E. & F.N. Spon, 1993;298-303.

MATHEWS, D. K. **Medida e Avaliação em Educação Física.** 5 ed. Rio de Janeiro: Interamericana, 1980. p. 298-332.

McARDLE. W.D., KATCH, F. I., KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e performance humana.** 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1998. 695 p.

MOLINUEVO, J.S. & ORTEGA, A.M. **Perfil morfofuncional de un equipo de futbol-sala.** In: Anais do I Congreso Internacional sobre ciencia y técnica del fútbol, Madrid, 1989. p. 217-224.

REIS, M. M. **Conceitos Elementares de Estatística.** Disponível em http//www.inf.ufsc.br/~marcelo/intro.html. Acesso em 08. jun. 2006.

REILLY T, BANGSBO J, FRANKS A**. Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer**. J Sports Sci 2000;18:669-83.

SANTOS, A.F.; GIAROLLA, R.A. & FIGUEIRA JR., A.J. **Perfil de aptidão física de jogadores de futebol de salão.** In: Anais da II Bienal de ciências do esporte, São Paulo, 1991. p. 21.

SOUZA A.O.S. **Correlação entre os testes de 3.200m e 2.400m na determinação do VO2max de atletas de futebol, categoria infanto-juvenil.** Recife: UFPE, 2002. 27p. Monografia [Conclusão de Curso - Educação Física] - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2002.

SINGER, N.R. **Psicologia dos esportes - mitos e verdades.** 2.ed. São Paulo: Harbra, 1977.

TUTKO, A.T. & RICHARDS, W. J. **Psicologia del entrenamento deportivo.** Madrid: Augusto E. Pila Teleña, 1984.