

VALIDAÇÃO PARCIAL DO QUESTIONÁRIO DE MOTIVOS DE INÍCIO, MANUTENÇÃO, MUDANÇA E ABANDONO (MIMCA) PARA A LÍNGUA PORTUGUESA

João Vítor de Moura Carmo¹, Felipe de Oliveira Mattos, Maurício Gattás Bara Filho¹, Renato Miranda¹, Paulo Roberto Ribas²

¹UFJF/MG; ²Comissão Desportiva Militar do Brasil

RESUMO

Na atualidade, é notória a importância que se tem dado à prática de atividades físicas em todos os aspectos. Os motivos que levam o jovem a praticar, permanecer e abandonar o esporte são objetos de investigações na área de Educação Física e da Psicologia do Esporte (Weinberg & Gould, 2001). O instrumento Motivos de Início, Manutenção, Mudança e Abandono (MIMCA) (Rodriguez, Lucas e Alonso, 1999) é composto de 124 itens agrupados em quatro subescalas que avaliam quatro momentos da vida desportiva de um indivíduo. O MIMCA reduzido consta de 53 itens também agrupados nesse quatro momentos: 15 itens são destinados a subescala de Motivos de Iniciação, 17 a subescala Motivos de Manutenção, 11 a subescala de Motivos de Mudança e 10 a subescala de Motivos de Abandono. Neste questionário existe uma escala do tipo Likert de 5 pontos ordenados que oscilam entre (1) total desacordo e (5) total acordo com o tópico. O objetivo do presente estudo foi realizar a tradução do MIMCA para a língua portuguesa (Rodriguez, Lucas e Alonso, 1999). Conclui-se que os procedimentos iniciais de validação lingüística do MIMCA foram adequadamente realizados para posteriores estudos de validação estatística.

Palavras chave: Motivos, MIMCA, validação.

INTRODUÇÃO:

Na atualidade, é notória a importância que se tem dado à prática de atividades físicas em todos os aspectos. Nesse sentido, percebe-se como o esporte para jovens vem crescendo e se firmando dentro do cenário cultural, social e econômico no Brasil.

Os treinamentos tático, técnico, físico e psicológico devem ser trabalhados com a mesma importância para que máximos rendimentos sejam alcançados com sucesso (De Rose, 2000; Miranda e Bara Filho, 1998).

A ciência que estuda as causas e os efeitos de ocorrências psíquicas que o ser humano apresenta antes, durante, e após a realização de práticas esportivas é chamada de Psicologia do Esporte (Becker Jr., 1995). Ela busca entender como os fatores psicológicos afetam o desempenho físico de um indivíduo e como a participação em esportes e exercícios afeta o desenvolvimento psicológico, a saúde e bem-estar de uma pessoa.

Os motivos que levam o jovem a praticar, permanecer e abandonar o esporte são objetos de investigações na área de Educação Física e da Psicologia do Esporte (Weinberg & Gould, 2001).

Desde o início dos anos setenta, estudos têm sido realizados para tentar identificar os principais motivos que levam um indivíduo a começar uma prática esportiva. A necessidade da realização desses estudos tornou-se maior à medida que os profissionais envolvidos com equipes esportivas ou praticas de atividade física começaram a criar programas de treinamento que pudessem suprir os motivos pelos quais esses indivíduos tinham se iniciado em tais práticas. (Weinberg e Gould, 2001).

A partir disso e nesse sentido, alguns autores começaram a estudar os motivos que levam um indivíduo a uma determinada prática esportiva ao longo de toda a prática, desde o início até o abandono da mesma.

O abandono precoce da prática esportiva é um fenômeno frequente em crianças e jovens devido a uma maior instabilidade física, psicológica e social prejudicando no seu desenvolvimento adequado no esporte. Segundo Hellandsig (1998) o abandono está diretamente relacionado com experiências negativas como monotonia dos treinos, o treinador, as lesões etc.

Dentre os motivos que levam o jovem a começar a praticar um esporte destacam-se a diversão, ocupação do tempo livre, autossuperação e manter-se em forma. Dentre os principais motivos que levam o jovem ao abandono da prática esportiva destacam-se as lesões que os impeçam de continuar o treinamento, o excesso de responsabilidade para ter êxitos nas competições e cobrança excessiva de pais ou treinadores. O treinamento excessivo é outro fator que pode levar os praticantes de atividades físicas a abandonar ou mudar a prática, o mito de que mais é melhor ainda é corrente quando se trata de treinos e exercícios (Bara Filho e Feijó, 2000; Dosil, 2004; Rodriguez, Lucas e Alonso, 1999; Weinberg & Gould, 2001).

Rodriguez, Lucas e Alonso (1999) realizaram um estudo com atletas espanhóis e utilizaram o questionário M.I.M.C.A. (Motivos de Início, Manutenção, Mudança e Abandono) demonstrando a existência de diferenças quanto aos motivos que levam ao abandono da prática esportiva em relação ao sexo, tempo de prática e tipo de esporte ou atividade física escolhida, ou seja, tais motivos são idiossincráticos e despertam reações muito pessoais aos fatores externos.

Visto a importância que o conhecimento dos motivos de abandono, na prática esportiva, assume, torna-se claro que profissionais envolvidos no esporte, pais e os próprios atletas devem estabelecer estratégias para evitar que o abandono ocorra de maneira mais frequente e crescente.

Estudos como o realizado por Rodriguez, Lucas e Alonso (1999) confirmam algumas das principais variáveis para a manutenção da prática na Espanha, mas não podem ser integralmente aplicados a outras realidades, pois existem padrões sociais e culturais que podem levar a resultados diferentes, sendo preciso portanto, um estudo realizado com a população local. Além desses fatores, observa-se uma carência de estudos sobre o levantamento das variáveis que influem na persistência e no abandono das atividades físicas em nosso país.

A validação e aplicação de um questionário como o M.I.M.C.A. se faz necessária para a concretização de estudos como o pretendido, e para o aprofundamento dos conhecimentos de motivos que levam os jovens a praticar e a abandonar o esporte.

Os dados obtidos serão de grande valia para que, todos os profissionais envolvidos com práticas de exercícios sistematizadas, possam estabelecer estratégias na prescrição de atividades físicas através da prevalência das variáveis que influem nessa prática.

Isto posto, o presente estudo pretende realizar a tradução do MIMCA (Rodriguez, Lucas e Alonso, 1999) da língua espanhola para a portuguesa através de procedimentos transculturais adequados para futuras validações estatísticas.

MÉTODOS

O instrumento MIMCA

Utilizamos o questionário de Motivos de Início, Manutenção, Mudança e Abandono desportivos M.I.M.C.A. (Marrero, Lucas&Alonso, 1997). O questionário consta de 53 itens agrupados em quatro subescalas que abordam quatro momentos da vida esportiva: início, manutenção, mudança e abandono. Os 53 itens são agrupados nos seguintes fatores: 15 itens são destinados a subescala de Motivos de Iniciação, 17 a subescala Motivos de Manutenção, 11 a subescala de Motivos de Mudança e 10 a subescala de Motivos de Abandono.

As respostas baseiam-se em uma escala tipo Likert de 5 pontos que oscila desde totalmente de acordo (5) a total desacordo (1). Este instrumento tem mostrado sua consistência interna em diversos estudos oscilando o alfa de Cronbach entre 0,82 e 0,94 (Lucas, 1998; Alonso, 1998; Izquierdo, 2002). Trata-se de um instrumento pensado para abordar a mudança de motivações desde que um indivíduo se inicia em um esporte até quando abandona.

Tradução do instrumento:

A tradução do MIMCA para o português considerou procedimentos de tradução transcultural de escalas utilizados em trabalhos anteriores (Vallerand et al., 1989; Vallerand et al., 1992). A escala foi

inicialmente traduzida do espanhol ao português de acordo com o procedimento *parallel back - translation* (Brislin, 1986) no qual um sujeito bilíngüe traduziu a escala do idioma oficial (espanhol) à língua objeto de estudo (Português).

Esta tradução foi, então, novamente traduzida ao idioma oficial para avaliar possíveis erros de compatibilidade. Após este procedimento, a escala já traduzida foi avaliada por um comitê de professores doutores em Psicologia do Esporte que relacionaram os itens que haviam mantido o significado original. Depois de devidas correções, a versão brasileira foi denominada MIMCA-BR

Para determinar a total aplicabilidade aos atletas foi abordado um grupo de 10 atletas que analisou as instruções MIMCA-BR verificando a clareza na formulação dos itens. As devidas correções foram feitas.

MIMCA - Versão Original (Espanhola)

MIMCA – Subescala de Inicio, Mantenimiento, Cambio e Abandono

Tipo de deporte: () Edad () Años de Práctica () GÉNERO ()

Escala para todos os itens:

5- Totalmente de Acuerdo 4- Muy de Acuerdo 3- De Acuerdo 2- Poco de Acuerdo 1- Total Desacuerdo

Subescala de Inicio

1- Influencia de la T.V
2- Superarse a sí mismo
3- Mejorar la madurez personal
4- Se practica en el barrio
5- Ocupar el tiempo libre
6- Influencia de la radio
7- Influencia de los padres
8- Poder competir
9- Porque tengo condiciones físicas
10- Influencia de la prensa
11- Tener amigos que practican ese deporte
12- Instalaciones cercanas
13- Influencia de los hermanos
14- Mantenerse en forma
15- Divertirse

Subescala de Persistência

1- Mi entrenador me ayuda a seguir
2- Mis mejores amigos están en mi deporte
3- El deporte me ayuda a concentrarme en mi vida diaria
4- Con el deporte mejoro mi imagen física
5- Los resultados dependen únicamente de mí
6- Haciendo deporte mejoro físicamente
7- El deporte me hace más atractivo/a
8- Sigo entrenando por estar con mis amigos
9- Voy a entrenar aunque las condiciones climatológicas sean adversas
10- El deporte me permite mejorar mis capacidades mentales
11- El deporte me sirve de “válvula de escape”
12- Los compañeros participan juntos en otras actividades fuera del deporte
13- Aunque el entrenamiento sea monótono, sigo entrenando
14- En la competición soy yo contra los demás
15- Entreno por la cercanía de las instalaciones
16- Me siento a gusto con el entrenador
17- Es fácil llegar a mi lugar de entrenamiento

Subescala de Cambio:

1- No tener apoyo federativo
2- Tener familiares en otro deporte
3- Problemas de salud
4- Porque se pone otro deporte de moda
5- Conseguir nuevos amigos
6- No poder compaginar con los estudios
7- No tener apoyo del club
8- Me aburre el deporte que hago
9- Estoy cansado de la competición y/o entrenamiento
10- No poder compaginar con el trabajo
11- Buscar nuevas sensaciones

Subescala de Abandono:

1- A mis padres no les gusta mi deporte
2- Mi trabajo no me permite rendir a tope
3- Lesiones que me impiden entrenar
4- Si no tengo aptitudes para el deporte
5- Mi pareja supone un obstáculo en la práctica de mi deporte
6- No se cumplen mis sueños como deportista
7- Me llevo mal con el entrenador
8- No obtengo los resultados que deseo
9- Entrenar es incompatible con mi trabajo
10- Mi familia no me apoya

MIMCA - Versão Brasileira

Questionário de Motivos Esportivos – MIMCA Subescala Início, Manutenção, Mudança e Abandono

Modalidade Esporte () Idade () Tempo de Prática () Sexo ()

Escala para todos os itens:

5: totalmente de acordo 4: muito de acordo 3: de acordo 2: pouco de acordo 1: total de desacordo

Subescala de Início

1. Influência da televisão
2. Superar a mim mesmo
3. Amadurecer pessoalmente
4. Se pratica no bairro
5. Ocupar o tempo livre
6. Influência da rádio
7. Influência dos pais
8. Poder competir
9. Porque tenho condições físicas
10. Influência da imprensa
11. Por ter amigos que praticam este esporte
12. Instalações perto de casa
13. Influência dos irmãos
14. Manter-me em forma
15. Divertir-me

Subescala de Persistência

1. O meu treinador me estimula a continuar
2. Os meus melhores amigos estão no meu esporte
3. O esporte me ajuda a concentrar-me na minha vida diária
4. Com o esporte melhora a minha imagem física
5. Os resultados dependem unicamente de mim
6. Praticando esporte melhora fisicamente
7. O esporte me torna mais atraente
8. Continuo treinando por estar com os meus amigos
9. Apesar do clima adverso, vou treinar
10. O esporte me permite melhorar as capacidades mentais
11. O esporte me serve de "válvula de escape"
12. Os colegas participam juntos em outras atividades fora do esporte
13. Ainda que os treinos sejam monótonos, continuo treinando
14. Na competição, sou eu contra os demais
15. Treino perto de onde moro.
16. Me dou bem meu treinador
17. É fácil chegar ao local dos treinos

Subescala de Mudança

1. Se Não tivesse apoio federativo
2. Se tivesse familiares em outro esporte
3. Problemas de saúde
4. Porque outro esporte estaria na moda
5. Conseguir novos amigos
6. Se não pudesse conciliar com os estudos
7. Se não tivesse apoio do clube.
8. Se estivesse desmotivado com o esporte que pratico
9. Se estivesse cansado de competir
10. Se não pudesse conciliar com o trabalho
11. Buscar novas sensações

Subescala de Abandono

1. Se meus pais não gostassem do meu esporte
2. Se meu trabalho/ estudo não me permitisse render o máximo
3. Lesões que me impedissem de treinar
4. Se não tivesse capacidades físicas para o meu esporte
5. Se meu (minha) namorado/a fosse um obstáculo para a prática do meu esporte
6. Se meus sonhos como atleta não se cumprissem
7. Se não me desse bem com o treinador
8. Se não conseguisse os resultados que desejo
9. Se treinar fosse incompatível com o meu trabalho/estudo
10. Se minha família não me apoiasse.

CONCLUSÕES

Com a finalização do processo de tradução, considera-se o processo de validação lingüística do MIMCA foi adequadamente realizado. Portanto, o MIMCA necessita a partir de agora passar pelo processo de validação estatística, verificando a confiabilidade dos quatro fatores (Início, manutenção, mudança e abandono), a consciência interna e a estabilidade temporal de atletas de todas as modalidades esportivas e, através desta validação, possibilitar a realização de novos estudos sobre o tema.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALONSO, J.L.N.; IZQUIERDO, J.G.N; LUCAS, J.M. (2003). La evolución motivacional como critério discriminante em los deportes. **Revista Latinoamericana de Psicología**. v35, n2, p139-150.
- BARA FILHO, M. G.; DELGADO, S.; GUILLÉN, F.. (2005). O abandono precoce no esporte competitivo. **Revista Mineira de Educação Física**, v.Ed. Esp, n2, p528-533.
- BARA FILHO, M. G.; FEIJÓ, O. (2000). Psicologia desportiva aplicada a jovens atletas. **Revista de Educação Física**. 124:11-18.
- BARA FILHO, M.G.; MIRANDA, R. Aspectos psicológicos do esporte competitivo. **Revista Treinamento Desportivo**, v.3(3) 62-72, 1998.
- BECKER JUNIOR, Benno. La psicología del Ejercicio y del deporte em Brasil y América del Sur. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 10, nº2, 2001, p.249-253.
- BRISLIN, R.W. (1986). The wording and translation of research instruments. In W, LONNER & J. BERRY (Eds.): **Field methods in cross-cultural research** (pp. 137 - 164). Beverly Hills, CA: Sage.
- DE ROSE JUNIOR, D. O esporte e a psicologia: enfoque do profissional do esporte. In: RÚBIO, K. (org) **Psicologia do Esporte; interfaces, pesquisa e intervenção**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000. p.29-40.

- DOSIL, J. (2004). **Psicologia de la Actividade Física y del Desporte**. Madrid: McGrawHill
- HELLANDSIG, E.T. (1998). Motivational predictors of High level performance and discontinuation in different types of sports among talented teenage athletes. **International Journal of Sport Psychology**, 29: 27-44, 1998.
- ISAAC, S. & MICHAEL, W. B. (1983). **Handbook in Research and Evalution**. San Diego: Edits.
- RODRIGUEZ, G.M., LUCAS, J.M. e ALONSO, J.L.N. (1999). **Motivos, motivacion y desporte**. Salamanca: Tesitex.
- THOMAS JR, NELSON JK (1996). **Research methods in physical activity**. Champaing: Human Kinetics
- VALLERAND, R. J. & BISSONNETTE, R. (1992). Intrinsic, extrinsic and amotivational styles as predictors of behavior: a prospective study. **Journal of Personality**, 60, 599 – 620.
- WEINBERG, R.S & GOULD, D. (2001). **Fundamentos da Psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed