

# ESTRESSE, ANSIEDADE E A PERSONALIDADE DE GINASTAS DE ALTO RENDIMENTO: UM ESTUDO DE CASO<sup>1</sup>

Sara Matte Lucena<sup>2</sup>  
Jefferson Silva Kruger<sup>3</sup>  
Ana Lucia Cecconello<sup>4</sup>  
Cármem Marilei Gomes<sup>5</sup>

## RESUMO

O esporte proporciona muitos benefícios aos seus praticantes. Porém, em esporte competitivo, de alto rendimento, trata-se do empenho e da exigência máxima do corpo ao atleta, que depende deste para resultados satisfatórios e isto pode gerar estados emocionais diversos. O presente artigo avaliou os níveis de estresse e ansiedade em ginastas do clube Grêmio Náutico União de Porto Alegre/RS, bem como as características da personalidade destes com o intuito de, em um estudo de casos, ter maior entendimento dos aspectos psicológicos envolvidos na ginástica artística de alto rendimento, suas causas e implicações. Para tanto, foram utilizados quatro instrumentos: um questionário sóciobiodemográfico, o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL), o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), a técnica de Zulliger (Z-teste) e uma entrevista semiestruturada. Participaram da pesquisa dois ginastas artísticos, e os dados obtidos no ISSL e BAI foram discutidos juntamente com as informações do Z-teste e da entrevista para uma maior compreensão. Como resultados, constatou-se a presença de estresse em uma ginasta e ansiedade em ambos. Este estudo pode auxiliar no direcionamento do trabalho do psicólogo do esporte, permitindo maior entendimento sobre os estados emocionais envolvidos na prática esportiva de alto rendimento e qual sua implicação, bem como, para que o psicólogo desenvolva em um trabalho ético, trazendo retornos positivos para a saúde e desempenho do ginasta.

**Palavras-chave:** Psicologia do Esporte. Ginastas. Estresse. Ansiedade.

<sup>1</sup> Artigo de pesquisa apresentado ao Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara (Faccat), como requisito parcial para a aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão II.

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara (Faccat). Endereço Postal: Canela/RS. E-mail: sarinha\_lucena@yahoo.com.br.

<sup>3</sup> Psicólogo, Mestre em Psicologia Clínica (PUCRS), Doutorando em Psicologia (UFRGS), Coordenador do Curso de Psicologia da Faccat, e Co-orientador do Trabalho de Conclusão. Endereço para contato: Av. Getúlio Vargas, 1594, sala 309, Porto Alegre/RS. E-mail: jeffkrug@faccat.br. E-mail: analuciaceconello@yahoo.com.br.

<sup>4</sup> Médica Veterinária, Mestre e Doutora em Neurociências (UFRGS), Docente do Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara (Faccat), e Orientadora substituta do Trabalho de Conclusão. Endereço Postal: Porto Alegre/RS. E-mail: analuciaceconello@yahoo.com.br.

<sup>5</sup> Bióloga, Mestre e Doutora em Neurociências (UFRGS), Pós-Doutora em Fisiologia (USP), Docente do Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara (Faccat), e Orientadora do Trabalho de Conclusão. Endereço Postal: Canoas/RS. E-mail: cmarilei@terra.com.br.