

Prática Esportiva e Relacionamento Familiar: Uma Revisão da Literatura¹

Yasmin Caramori Alves²

Ana Paula Sesti Becker³

Resumo

O envolvimento parental pode trazer importantes contribuições no desempenho das práticas esportivas. Assim, objetiva-se analisar a produção científica nacional e internacional da prática esportiva e o relacionamento familiar. Trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa, cujas bases de dados acessadas foram PsycInfo (APA), Scielo e CAPES, por meio de descritores preestabelecidos, nos idiomas português, inglês e espanhol, no período entre 2015 a 2020. Selecionaram-se 16 artigos completos indexados, os quais foram submetidos a análises metodológicas e de conteúdo, derivando-se três categorias temáticas. Constataram-se as contribuições do esporte no processo de socialização de crianças e adultos, além da integração dos membros familiares no compartilhar de conquistas pessoais, desafios e momentos de lazer. Por outro lado, verificou-se que as expectativas e cobranças parentais podem prejudicar a performance do atleta e seu desenvolvimento pessoal. Sugere-se novos estudos que discutam as práticas esportistas e seus efeitos sobre os processos familiares e intergeracionais.

Palavras-chave: *prática esporte, psicologia do esporte, esporte, família*

Sports Practice and Family Relationship: A Literature Review

Abstract

Parental involvement can make important contributions to the performance of sports practices. Thus, the objective is to analyze the national and international scientific production of sports practice and the family relationship. It is an integrative literature review, whose databases accessed were PsycInfo (APA), Scielo and CAPES, through pre-established descriptors, in Portuguese, English and Spanish, in the period between 2015 to 2020. We selected 16 complete indexed articles, which were submitted to methodological and content analysis, resulting in three thematic categories. The contributions of sport in the socialization process of children and adults were found, in addition to the integration of family members in sharing personal achievements, challenges and leisure moments. On the other hand, it was found that parental expectations and demands can impair the athlete's performance and personal development. New studies are suggested that discuss sports practices and their effects on family and intergenerational processes.

Keywords: *sport practice, sport psychology, sport, family*

¹ Artigo derivado do "Trabalho de conclusão do curso de Formação em Terapia Relacional Sistêmica", realizado no Familiar Instituto Sistêmico, Florianópolis/SC.

² Psicóloga clínica e terapeuta familiar sistêmica; Instituto Familiar Sistêmico, Florianópolis/SC.

³ Doutora em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina, Psicóloga clínica e terapeuta familiar sistêmica, UFSC, Florianópolis/SC.

Introdução

A prática esportiva pode trazer contribuições importantes para o desenvolvimento pessoal e familiar daqueles que a praticam, além de favorecer a saúde física e fortalecer os vínculos relacionais entre seus esportistas (Riciputi, et al., 2020). No âmbito familiar, o esporte praticado entre seus membros, especialmente na vivência dos filhos, pode reativar questões intergeracionais, de expectativas e idealizações, no desempenho esportista dos filhos, bem como tornar-se um aspecto motivador para o envolvimento parental (Ferreira & Moraes, 2012).

Segundo Dubeau, et al. (2009), o envolvimento parental corresponde à interação materna e paterna com os filhos, por meio da participação efetiva na realização de atividades diárias, cuidado e a preocupação contínua dos pais biológicos ou substitutos, acerca do desenvolvimento e bem-estar físico e psicológico do filho. Dentre diversas temáticas que norteiam o envolvimento parental, destaca-se aqui, o envolvimento parental na prática esportiva, que conforme Gomes (2010), consiste nas interações que os pais estabelecem com os filhos desde a iniciação esportiva até o esporte de alto rendimento, podendo trazer resultados na performance do filho esportista.

É válido ressaltar as diferenças de gênero presentes no envolvimento parental. Ou seja, a literatura indica que, embora os padrões familiares tenham passado por diversas transformações ao longo da história, a mãe ainda continua apresentando maior envolvimento que o pai, especialmente nos cuidados básicos dispensados à criança. Por outro lado, o pai envolve-se mais nas atividades de jogos físicos e brincadeiras. Nesse caso, a participação paterna torna-se mais evidente em proporcionar ao filho maior exploração ao ambiente, ação para a resolução de problemas e a determinação de regras e limites (Bueno, et al., 2017).

Pode-se pensar, assim, que as práticas esportivas favorecem o envolvimento parental, especialmente paterno, entre pais e filhos. Estudos nacionais (Amblard & Cruz, 2015; Ferreira & Moraes, 2012) e internacionais (Kozak & Gasparotto, 2018; Clarke, et al., 2016) são congruentes ao constatarem a participação paterna em jogos e campeonatos dos filhos, bem como no acompanhamento dos treinos; enquanto as mães costumam expressar maior dedicação ao apoio emocional, no sentido de incentivar a criança ou o adolescente ao esporte, bem como à socialização entre pares e à comunidade.

As repercussões do envolvimento parental podem trazer reflexos diferentes sobre o desempenho esportivo para cada criança ou jovem. Isso, porque o sistema familiar imediato pode atuar enquanto um fator que potencializa o engajamento do atleta em sua prática de desporto ou pode precipitar conflitos, sendo uma fonte de estresse e de impactos emocionais adversos na performance que desenvolve (Weinberg & Gould, 2017).

Desse modo, oportuniza-se resgatar a Teoria Estrutural de Minuchin (1982) ao mencionar sobre a dinâmica e o funcionamento familiar. A estrutura familiar, portanto, refere-se ao conjunto invisível de exigências funcionais que organiza as formas pelas quais os membros da família interagem. Dentro desta organização situam-se os subsistemas – estruturas menores relacionais, tais como díades (ex.

díade materna: “mãe-filho”; díade conjugal: “marido-esposa”; díade fraternal: “irmão-irmã”, etc.), as quais estão inseridas dentro de um sistema mais amplo – sistema familiar, contendo todos os integrantes envolvidos e suas funções respectivas. Para que haja uma relação adequada entre os subsistemas é necessário identificar as fronteiras que são estabelecidas entre os membros da família e como elas funcionam.

Como exemplo, pode-se apontar as fronteiras emaranhadas ou difusas dentro do sistema familiar, quando há uma excessiva e intensa ligação entre os membros da família, cujo espaço de cada um torna-se invadido pelo outro (Minuchin, 1982). É sob esta condição que alguns estudos revelaram o impacto negativo do envolvimento parental sobre as práticas esportivas dos filhos (Rhodes et al., 2016; Clarke et al., 2016). Nesses casos, observa-se o predomínio intenso de cobranças e expectativas, de que as crianças ou jovens se tornem atletas de alto rendimento, obtendo sempre lugares de prestígio e conquistas em campeonatos. Além disso, é comum o legado familiar de intergeracionalidade, no qual esses pais também foram esportistas quando crianças ou desejaram ter sido, compensando suas projeções no filho idealizado.

Por considerar que o fenômeno do relacionamento familiar nas práticas esportivas apresenta uma temática complexa e multidimensional, adota-se como pressupostos epistemológicos centrais neste estudo, o Pensamento Sistêmico e a Psicologia do Esporte, além da contribuição do Modelo Estrutural de Minuchin ao refletir sobre o desenvolvimento da família. Assim, analisar o engajamento esportivo sistemicamente, permite compreender o funcionamento familiar e suas relações contextuais com os aspectos socioambientais, culturais e técnicos do esporte, os quais repercutem na performance do esportista. Dentro deste panorama, a Psicologia do Esporte pode auxiliar de modo interventivo no manejo de fatores estressores em competições, no treinamento psicológico, cognitivo e emocional do atleta, bem como no reconhecimento das demandas “extraesportivas”, tais como a influência familiar e social de seus praticantes (Rubio, 2007). Com base nas discussões levantadas, este artigo apresenta como objetivo geral analisar a produção científica nacional e internacional da prática esportiva e o relacionamento familiar.

Método

Procedimento

Trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa, que segundo Souza, et al. (2010) tem como objetivo sumarizar o conhecimento teórico e prático de estudos significativos da temática vigente. O método utilizado é bastante abrangente e permite a inclusão de pesquisas de diferentes abordagens metodológicas e delineamentos transversais, longitudinais, qualitativos e quantitativos, experimentais e não experimentais, para uma compreensão integral do fenômeno investigado. Com base no modelo proposto por Becker e Crepaldi (2019), a revisão de literatura, correspondeu às seguintes etapas de elaboração: (a) Levantamento da produção científica encontrada em bancos de dados; (b) Leitura dos resumos e seleção dos artigos relacionados à temática; (c) Leitura das obras obtidas; (d) Definição das categorias de análise; (e) Análise e discussão dos resultados encontrados.

Coleta de Dados

Para o levantamento do fenômeno investigado, consultaram-se as bases de dados nacionais: SciELO e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES; e uma base de dados internacional – PsycINFO (APA), de acesso restrito. Salienta-se que o acesso à base de dados SciELO ocorreu pela Biblioteca Virtual em Saúde – Psicologia Brasil (BVS-Psi); enquanto que a consulta a PsycINFO (APA) se deu pelo Portal de Periódicos CAPES/MEC.

Inicialmente foram definidos os descritores de busca para a revisão integrativa; para tanto, recorreu-se à seção de Terminologia em Psicologia da BVS-Psi – (DeCs) para os estudos nacionais, enquanto, em estudos internacionais, verificaram-se as palavras-chave utilizadas em pesquisas semelhantes. Foram considerados os estudos nos idiomas português, inglês e espanhol entre o período de 2015 a julho de 2020. Delimitou-se este intervalo de tempo por contemplar o estado da arte mais recente sobre a prática esportiva e o relacionamento familiar. Portanto, a combinação de estratégias de buscas foram as seguintes: “Prática esportiva” OR “Psicologia do Esporte” OR “esporte” AND “família”; “Sports practice” OR “Sport Psychology” OR “Sport” AND “family”; “Práctica deportiva” OR “Psicología del deporte” OR “Deporte” AND “Familia”.

Os critérios de inclusão adotados foram artigos empíricos, entre o período de data fixado, com base na temática e idiomas selecionados; sendo excluídos os tipos de estudo em formato de livro, capítulo de livro, revisões de literatura e meta-análises, teses, dissertações e relatórios científicos. Esta opção foi delimitada, tendo em vista a maior acessibilidade na íntegra do material, além do recrutamento de artigos indexados, os quais são submetidos a produções que passam por processo vigoroso de avaliação por pares, garantindo maior qualidade para o avanço do conhecimento.

Após a definição dos descritores e o levantamento nas bases de dados, conforme o modelo do PRISMA, emergiu um total de 121 artigos indexados (Figura 1). Após o primeiro refinamento, com base nos critérios de inclusão, foram excluídos 94 trabalhos que estavam fora do escopo da temática e oito por duplicidade em bases de dados, resultando em 19 artigos, cujas produções foram lidas na íntegra e exportadas para o software organizador de referências *Mendeley*. Destes, dois foram excluídos por não abordarem diretamente o tema proposto e um artigo por se tratar de uma pesquisa de meta-análise. Cabe salientar que os artigos excluídos por não se adequarem ao escopo da temática tratavam de estudos acerca do esporte e fatores nutricionais; esporte e carreira, ou ainda, estudos que abordaram a qualidade de vida e a prática esportiva e comportamento de atletas em relação ao *doping*.

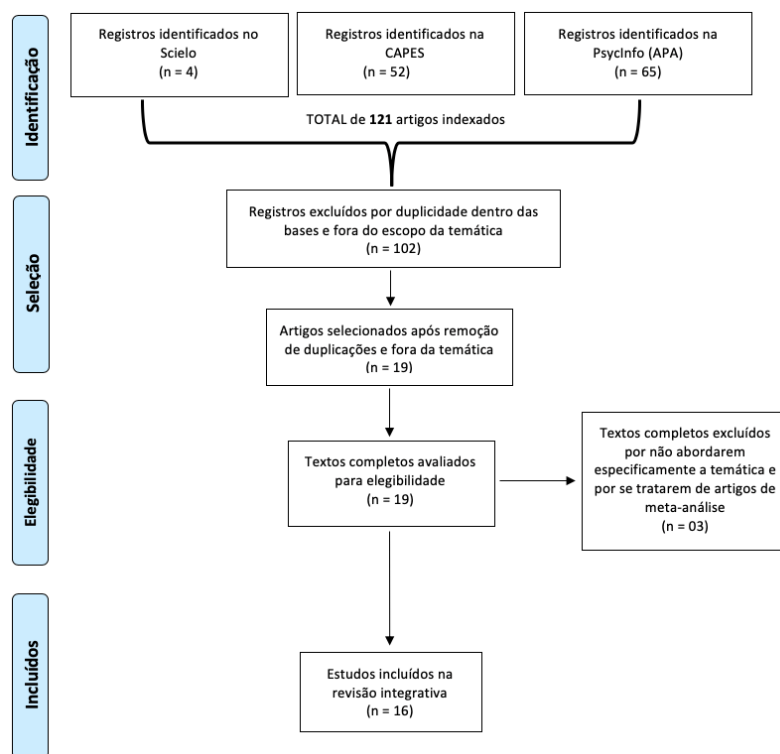


Figura 1: Fluxograma PRISMA – etapas da revisão integrativa, elaborado pelas autoras

Análise de Dados

Por fim, foram retidos 16 artigos indexados, os quais foram lidos e analisados na íntegra, consoante os critérios metodológicos e temáticos que corresponderam ao objetivo desta revisão. Deste arranjo final de manuscritos analisados, derivaram-se as seguintes categorias semânticas: a) Repercussões da prática esportiva para o desenvolvimento pessoal e familiar; b) Envolvimento parental no esporte: diferenças entre mães e pais; e c) Padrões intergeracionais da prática esportiva e expectativas parentais.

Resultados e Discussão

Os 16 artigos analisados tiveram maior publicação entre os anos de 2016 (n=7), 2015 (n=4), 2018 (n=3), 2017 (n=1) e 2019 (n=1), não tendo sido selecionado nenhum estudo de 2020. Dentre esses, 11 são internacionais, escritos na língua inglesa; enquanto que somente cinco correspondem a estudo nacionais. Embora se tenha contemplado o idioma espanhol, por meio dos critérios de busca, nenhum estudo dessa língua foi encontrado.

O periódico com o maior número de publicações, totalizando sete (n=7) artigos foi o *Sport, Exercise and Performance Psychology* (Tabela 1). As áreas sobressalentes do conhecimento, dentre as revistas selecionadas, foram da Psicologia (n=2) e, mais precisamente, da Psicologia do Esporte (n=10); seguidas das ciências do Esporte – de Educação Física (n=4). Dentre o escopo dos periódicos gerais

da Psicologia, somente as revistas: *Canadian Journal of Behavioural Science* e *Psicologia: Ciência e Profissão*, apresentaram um campo geral da ciência psicológica e subáreas correlatas com ênfase em temáticas abrangentes, tais como psicologia do desenvolvimento, da família, da saúde, social, dentre outras.

Do ponto de vista sistêmico, oportuniza-se mencionar o pressuposto da intersubjetividade, o qual permite apontar as múltiplas versões da realidade (multi-versa) (Vasconcellos, 2013), de modo que a integração de campos multidisciplinares se torna importante para os diferentes olhares que os protagonistas do estudo trarão ao tema proposto. Por conseguinte, a análise dos artigos selecionados possibilita a maior compreensão da temática ao considerar variadas áreas e subáreas científicas do conhecimento.

Afora as questões plurais do escopo das revistas recrutadas, aponta-se que o predomínio de artigos no ano de 2016, especialmente publicados pelo periódico *Sport, Exercise and Performance Psychology*, apresentou uma edição especial acerca da parentalidade no esporte, cuja temática norteadora consistiu nas experiências de pais que apoiam seus filhos em diferentes esportes e culturas em períodos de transições específicas do desenvolvimento e momentos adversos (APA, 2020). Tal edição parece justificar a maior frequência entre os estudos selecionados do período especificado.

Tabela 1: Periódicos que mais publicaram sobre a temática (n=16)

ORDEM	PERIÓDICO	FREQUÊNCIA (n)
1.	Sport, Exercise and Performance Psychology	7
2.	Health Psychology	2
3.	Revista Brasileira de Ciências do Esporte	2
4.	Revista Brasileira de Futsal e Futebol	2
5.	Journal of Family Psychology	1
6.	Canadian Journal of Behavioural Science	1
7.	Psicologia: Ciência e Profissão	1

No que se refere à composição da amostra, predominou-se o arranjo de jovens e adultos atletas (n=6), seguida de pai e mãe (n=5), crianças atletas (n=2), díades: pai-filho ou mãe-filho (n=2) e mãe (n=1). A maior parte da nacionalidade dos participantes era brasileira (n=5). Na sequência, emergiram participantes canadenses (n=3) e multiculturais (n=3); nesse último caso, refere-se às diferentes nacionalidades dos participantes incluídos num único estudo. Como exemplo, citam-se as nacionalidades inglesa e americana (Knight, et al. 2016), latino-americanas (Marquez, et al. 2016), e inglesa e neozelandesa (Sanders & Winter, 2016). Também constaram estudos de nacionalidade americana (n=2), inglesa (n=2) e chinesa (n=1).

Em relação aos aspectos metodológicos (Tabela 2), observou-se a predominância do tipo de estudo transversal que conforme Sampieri, et al. (2013), trata-se de um recorte específico na trajetória de vida dos sujeitos envolvidos. Também foram encontrados sete artigos de delineamento longitudinal, nesses casos, porém, só foram referidos estudos internacionais. Para Araújo (2016) encontra-se certa dificuldade de se realizarem estudos longitudinais em âmbito nacional, em decorrência das pesquisas de grande porte e custo elevado, tendo em vista a utilização de diversos métodos de pesquisa para a implantação de tais projetos e o restrito incentivo governamental.

Quanto ao método adotado, percebeu-se uma distribuição equilibrada entre o método qualitativo (n=7) e quantitativo (n=7), além de dois estudos abordarem delineamento misto (Marquez, et al. 2016; Knight, et al., 2016). Chama a atenção a produção de pesquisas qualitativas no cenário internacional, dentre os artigos selecionados. Isto, porque o legado da ciência tradicional, com base no positivismo e no pressuposto da objetividade determinou os paradigmas clássicos de mensuração, generalização e de estabilidade, nos fenômenos observáveis (Vasconcellos, 2013); de modo que o método quantitativo, predominante no século passado e que ainda vigora nas ciências da saúde – por exemplo, tem conferido espaço aos estudos qualitativos (Taquette & Minayo, 2015). Conforme Henriques, et al. 2015), nos Estados Unidos, bem como na Europa e mais recentemente no Brasil, observa-se o aumento considerável na utilização e no aprimoramento do método qualitativo nas Ciências Sociais, notoriamente nas duas últimas décadas.

Os instrumentos e técnicas mais utilizados, foram respectivamente, a aplicação de questionários (n=5) e a entrevista (n=4). Verificou-se, ainda, a combinação de instrumentos, tais como entrevistas e questionários (n=2), especialmente nos estudos mistos realizados. Dentre os questionários que avaliaram as variáveis de atividades físicas dependentes, apontou-se o *Physical Activities*, cujas questões norteadoras dividem-se entre atividades físicas estruturadas – com técnico e/ou instrutor/professor, e não estruturadas, sem instrutores ou professores (Piché, et al. 2019). E, ainda, o *Social Support for Exercise Survey*, o qual contempla 13 itens distribuído entre três escalas: participação familiar, recompensas familiares e punições e participação dos amigos (Marquez et al., 2016).

A análise de dados com maior predominância, dentre os estudos quantitativos e mistos, referiu-se à estatística inferencial (n=7), com base em equações estruturais, regressões e correlações. De acordo com Sampieri et al. (2013), a estatística inferencial visa examinar o grau de relação entre as variáveis envolvidas no estudo; para isso, serve para estimar parâmetros e testar hipóteses, baseando-se na distribuição amostral. Dentre os estudos qualitativos, a análise de conteúdo correspondeu à técnica mais sobressalente nos estudos selecionados. Conforme Bardin (2011), essa técnica oportuniza a classificação e interpretação do conteúdo, em diferentes classes de documentos, com vistas à categorização das unidades de texto, inferindo-se sobre as expressões que as representam. Cabe também mencionar, a utilização de softwares que visaram auxiliar no processo de categorização dentro da análise qualitativa dos dados, tais como o uso do *QSR NVivo 9*, *Dragon Naturally Speaking 10* e *EVOC 2000*.

Tendo em vista o fenômeno pesquisado, com base no pensamento sistêmico e na Psicologia do Esporte, constatou-se que os diferentes enfoques metodológicos advindos dos artigos recrutados,

oportunizam a integração de métodos variados, a fim de melhor acessar e vislumbrar a temática central. Permitem, assim, compreender os processos de um modo sistêmico, integral e multidimensional, além de identificar relações que não foram verificadas com o uso de apenas uma abordagem.

Tabela 2: Aspectos metodológicos dos artigos selecionados (n=16)

TIPO DE PESQUISA	FREQUÊNCIA (n)
Transversal	9
Longitudinal	7
MÉTODO	FREQUÊNCIA (n)
Quantitativo	7
Qualitativo	7
Misto	2
INSTRUMENTOS/TÉCNICAS	FREQUÊNCIA (n)
Questionário	5
Entrevista	4
Escala	2
Entrevista e Questionário	2
Entrevista, Diário de Campo e Observação	2
Inventário	1
ANÁLISE DE DADOS	FREQUÊNCIA (n)
Estatística inferencial	7
Estatística descritiva	2
Análise de conteúdo	5
<i>Meaning-units</i> (Mini-unidades)	1
Análise indutiva do perfil idiográfico	1

Conforme a leitura e análise de conteúdo dos artigos, agruparam-se as seguintes categorias temáticas: a) Repercussões da prática esportiva para o desenvolvimento pessoal e familiar; b) Envolvimento parental no esporte: diferenças entre pais e mães; e c) Padrões intergeracionais da prática esportiva e expectativas parentais.

a) Repercussões da Prática Esportiva para o Desenvolvimento Pessoal e Familiar

Esta categoria incluiu os reflexos da prática esportiva sobre os fatores gerais que norteiam a vida pessoal do indivíduo, tais como: a *condição de saúde física e mental*, bem como as *relações interpessoais estabelecidas em grupos sociais e no âmbito familiar*. O incentivo a disciplina, autonomia e aos valores morais, vivenciados através da prática esportiva, consistiu num dos maiores aspectos

destacados pela literatura (Sanders & Winter, 2016; Lam & McHale, 2015; Dorsch, 2015a; Dorsch, et al. 2015b).

As pesquisas de Dorsch et al. (2015a) e Dorsch et al. (2015b) caracterizaram-se por um estudo de caso múltiplo com a participação de quatro famílias, envolvendo quatro díades parentais, cujos objetivos corresponderam analisar como o esporte juvenil molda as relações familiares e influencia na socialização de pais e filhos, durante o período inicial esportivo. Os resultados indicaram, nos dois estudos, a relevância que os pais atribuem à prática esportiva como uma estratégia que favorece a aprendizagem do trabalho em equipe, bem como o desenvolvimento de valores de cidadania e socialização dos filhos.

Conforme Rubio (2007) a Psicologia do Esporte caracteriza-se como um campo privilegiado de intervenções direcionadas, não somente à performance do atleta, como também às interações grupais, cujas contribuições ocorrem de modo coletivo, no intento de aperfeiçoar o vínculo entre a equipe e o professor, aspectos da liderança e o cumprimento de regras, assim como as questões de liderança. É sob este contexto que a prática esportiva tem sido ressaltada enquanto um elemento de destaque na educação e socialização de crianças e jovens. Para além da aprendizagem de habilidades motoras específicas, o divertimento, a empatia e a experiência de lidar com perdas e ganhos, constituem-se fatores presentes que otimizam o desenvolvimento pessoal daqueles que o praticam. Tais reflexões puderam ser constatadas ainda, nas pesquisas de Sanders e Winter (2016) e de Lam e McHale (2015).

Em relação às *repercussões do esporte sobre a saúde física e mental*, todos os artigos analisados foram concordantes ao discutirem que a atividade física e, sobretudo, a esportiva, constitui-se um fator importante para a promoção da saúde corporal e psicológica. Como exemplo, cita-se o estudo de Piché, et al. (2019), de delineamento longitudinal, ao sustentarem que os componentes psicossociais positivos estimulados pelas atividades esportivas, tais como autorregulação, autoeficácia e competências sociais, além dos fatores biológicos, auxiliaram no enfrentamento de sintomas depressivos em crianças canadenses. Pode-se também dizer, que a socialização oriunda da integração esportiva traz impactos positivos sobre o senso de pertença e o incentivo à autonomia, que por sua vez, tornam-se agentes promotores da saúde mental (Marquez, Duet al.2016; Lam & McHale, 2015).

Achados como esses se coadunam aos resultados encontrados por Aranha e Teixeira (2018), ao investigarem a relação entre o bem-estar e a prática de atividade física em adolescentes portugueses. Nesse sentido, verificou-se que o exercício se associou à redução no estado de ansiedade, tendo contribuído para a minimização dos índices de estresse e o aumento do estado de felicidade, autoconfiança e criatividade dos alunos. Resultados semelhantes também foram apresentados no estudo quase-experimental de Almeida, et al. (2018), que envolveu 387 estudantes entre 15 e 24 anos, os quais reportaram que o esporte pode atuar significativamente enquanto um fator promotor do bem-estar, além de contribuir nos padrões relacionais entre pares e na autoestima.

A presente categoria trouxe visibilidade aos desdobramentos da prática esportiva sobre as relações familiares, especialmente entre os subsistemas parentais e fraternos. O estudo de Dorsch et al. (2015b) demonstrou que a prática esportiva motivou a proximidade entre pais e filhos, e também entre os irmãos, por meio de momentos de lazer, aprendizagens e brincadeiras. Observa-se, deste modo, que o esporte pode atuar enquanto um processo proximal de desenvolvimento.

O estudo de Marquez et al. (2016) também corrobora a tais reflexões, uma vez que o apoio familiar advindo dos cônjuges e filhos, possibilitaram maior manutenção das práticas esportivas e aumento do bem-estar físico e emocional, de mulheres latino-americanas adultas. Nesse estudo, em particular, verificou-se que o grupo de intervenção, o qual avaliou os efeitos de práticas domiciliares pautadas na proposição de estratégias para o aumento de atividades físicas, obteve maiores resultados positivos na aderência e manutenção do esporte, comparado ao grupo controle. Não obstante, o apoio social e familiar constituiu-se fatores mediadores para a atividade física moderada a vigorosa.

b) *Envolvimento Parental no Esporte: Diferenças entre Pais e Mães*

Esta categoria visou discutir as diferenças do envolvimento parental entre pais e mães dos participantes dos artigos selecionados. Para tanto, evidenciaram-se três subtemáticas principais: *acompanhamento nos jogos e treinos; suporte emocional e suporte financeiro dos praticantes.*

O estudo nacional de Nakashima, et al. (2018), teve como objetivo desenvolver um modelo teórico do envolvimento parental na carreira de ginastas rítmicas e analisar os atributos que levam à autorrealização esportiva. Para tanto, foram entrevistados 20 pais e 15 ex-ginastas, cujos resultados demonstraram características distintas entre o modo de expressar o envolvimento com os filhos atletas. Para as mães, observou-se que as palavras de incentivo e de elogio, bem como o acolhimento quando o filho perdia alguma competição, eram formas bastante presentes de prestar *suporte emocional* no envolvimento esportivo. Esses achados também se corroboram as pesquisas encontradas nesta revisão, cujas referências são de Kozak e Gasparatto (2018) e de Clarke et al. (2016).

Kozak e Gasparatto (2018) ampliam essa discussão ao pontuarem que as mães também se envolviam com os filhos no sentido de propiciar que eles tivessem acesso às práticas de esporte, por entenderem que essas práticas auxiliam no desenvolvimento motor e no bem-estar físico das crianças, além de favorecer momentos lúdicos e de interação social. Não obstante, a pesquisa de Clarke et al. (2016) também mencionou que as mães apoiaram emocionalmente os filhos, na torcida e no acolhimento, todavia sentiram-se desvalorizadas por parte dos filhos, por desconhecerem as questões do jogo quanto às regras e à sua performance atlética. Tal apontamento também foi encontrado no estudo de Rhodes et al. (2016).

Já o envolvimento paterno se tornou mais evidente por meio do *acompanhamento nos jogos e treinos dos filhos*, além do aconselhamento técnico que os pais demonstraram fornecer (Kozak & Gasparatto, 2018; Nakashima et al., 2018; Reis, Ferreira & Moraes, 2018; Clarke et al., 2016). Diferentemente das mães, os pais relataram maior envolvimento nas práticas esportivas de seus filhos instruindo-os quanto às competências que necessitam desenvolver e aperfeiçoar, além de os levarem aos treinos e competições e informarem-se quanto às recomendações desportivas dos treinadores e professores dos filhos. Outro ponto destacado no estudo de Kozak e Gasparatto (2018) é de que os pais participantes manifestaram maior preocupação com a competição dos jogos e a superação das performances dos filhos, enquanto que as mães destacaram a importância de saber ganhar e perder, além do aspecto socializador que o esporte traz, conforme já mencionado.

Em relação a essas diferenças no envolvimento parental, estudos na área têm verificado que o fator da disciplina quanto às regras e limites para o desenvolvimento infantil, torna-se um dos enfoques

mais evidentes na participação paterna do que materna (Gomes, 2015). Além disso, o pai costuma encorajar a criança a explorar o ambiente, assumindo atividades de risco para a superação de dificuldades e estimulando a perseverança em eventos adversos (Dumont & Paquette, 2012). Tais constatações puderam ser verificadas nos estudos apresentados, tendo em vista que a prática esportiva possibilita a exposição aos desafios e a exploração de situações que envolvam a tomada de decisão, liderança e trabalho em equipe, vivenciada pela díade pai-filho.

No que se refere ao envolvimento parental, Paquette, Eugène, Dubeau e Gagnon (2009) sustentam que a mãe costuma verbalizar mais sobre suas emoções, enquanto o pai concentra-se nas ações. Em termos gerais, a mãe ainda continua envolvendo-se mais que o pai, especialmente nos cuidados básicos dispensados à criança; já o pai demonstra maior envolvimento nas atividades de jogos físicos e brincadeiras. Tais postulados derivam-se de construções históricas e culturais, cujos padrões estabelecidos referiam-se aos comportamentos esperados por parte de homens e mulheres (Gomes, 2015). Desse modo, é interessante perceber que os achados dos artigos selecionados aludem à tais pressupostos, discriminando essas diferenças. Entretanto, não se pode adotar uma postura rígida de tais funções, haja vista que nem todos os padrões familiares reportaram essas particularidades. O que se destaca aqui, foram os resultados gerais e sobressalentes da presente categoria, relacionados ao envolvimento parental e ainda, às práticas parentais positivas, que conforme Schavarem e Toni (2019) referem-se ao acompanhamento das atividades escolares e de lazer, e, nesse caso, pode-se citar as atividades esportistas, que podem contribuir para a autoestima da criança, constituindo-se como um fator protetivo do desenvolvimento.

Outra temática emergente dentre os estudos selecionados, reporta-se ao *suporte financeiro*, o qual segundo os achados de Kozak e Gasparatto (2018), Reis et al. (2016) e Nakashima et al. (2018), tornaram-se fatores fundamentais para o desenvolvimento e continuidade das práticas esportivas. Nesses estudos, a participação paterna tornou-se mais atuante, enquanto Nakashima et al. (2018) apontaram que o envolvimento materno se relacionou às arrecadações de fundos e equipamentos junto à organização esportiva para a realização das competições.

Oportuniza-se ainda refletir que, considerar a influência da cultura é fundamental ao analisar os diferentes achados empíricos que norteiam a prática esportiva e o relacionamento familiar. Pois, conforme Becker, Vieira e Crepaldi (2019) o reconhecimento da alteridade entre os grupos sociais, acrescido do marco histórico e dos elementos da cultura que contemplam a expressão da parentalidade, podem não ser generalizáveis aos diferentes contextos sociais, cujas manifestações de cuidado parental e, portanto, de envolvimento, podem ser distintas entre participantes de nacionalidades diversas. Como exemplo, Rubio (2007) destaca o papel cultural das competições esportivas de escolas e universidades americanas, cujo envolvimento familiar é bastante presente, assim como a atuação do psicólogo do esporte, uma vez que o cenário de disputa e rivalidade entre times de futebol americano é algo tradicional e bastante comum nessa cultura.

c) Padrões intergeracionais Da Prática Esportiva e Expectativas Parentais

Por fim, a última categoria apresentou como finalidade identificar, dentre os artigos analisados, os padrões intergeracionais da prática esportiva, bem como os significados e expectativas atribuídas ao

desempenho esportivo dos filhos. Frente a isto, elegeram-se três subtemáticas norteadoras: *experiências esportistas de pais e mães*; *exigências parentais e “filho prodígio”*; e *incentivo à competição pra vencer*.

No estudo de Knight et al. (2016), pais e mães, americanos e ingleses (n=70), participaram da pesquisa respondendo questões abertas e fechadas acerca da influência parental sobre as práticas esportivas de seus filhos. Os resultados demonstraram que a maioria dos pais apresentaram *experiências esportistas* quando crianças e que, portanto, incentivavam seus filhos a desempenharem essas funções de modo comprometido e eficaz. Alguns participantes demonstraram a preocupação de projetar suas próprias vivências na performance do filho, alegando as pressões que sofreram na infância e o quanto isso foi desfavorável para a continuidade de suas práticas; entretanto, muitos mencionaram que o esporte pode trazer diversos benefícios para o desenvolvimento infantil e, dessa forma, incentivavam seus filhos a adotar essa prática.

Nesse ínterim, pode-se observar o predomínio de padrões relacionais familiares que se mostram repetidos, no comportamento de pais para filhos. Segundo Serbin e Karp (2003), pesquisas que investigam a repetição desses modelos referem-se ao fenômeno da transmissão intergeracional. Em estudos contemporâneos (Becker et al., 2019; Bolze & Crepaldi, 2015), cuja tônica reside nas práticas de parentalidade que são transmitidas de modo intergeracional, verificam-se padrões de continuidades e descontinuidades, ou seja, aquilo que deverá ser mantido ou modificado de uma geração para outra. Nos artigos selecionados desta categoria, verificaram-se padrões de continuidades nas práticas esportivas, relatados por Knight et al. (2016); Almeida & Souza (2016); Amblart & Cruz (2015); Curran (2018) e Tamminem, et al.(2017).

Ao se considerar a repetição dos modelos familiares, torna-se importante refletir o impacto de tais comportamentos e crenças para as gerações descendentes. Isso, porque a influência de uma rigidez quanto aos aspectos relacionais, tais como exigências e expectativas superestimadas, podem trazer prejuízos para a relação familiar presente e deixar marcas emocionais de vulnerabilidade para as próximas gerações (Miller, 1997; Weinberg & Gould, 2017).

Nesse quesito, os artigos demonstraram as *exigências parentais e “filho prodígio”* ao idealizar o alto rendimento esportivo de seus filhos, bem como uma posição de destaque almejada perante à sociedade e à comunidade esportiva. Cita-se o estudo de Clarke et al. (2016), cujo objetivo foi explorar a experiência de interação de pais e filhos, no contexto do futebol juvenil de elite, com base nas entrevistas de 8 pais participantes. Constatou-se que os progenitores afirmavam sua identidade através da competência de seus filhos, o que desencadeava um processo de “dependência reversa”, de modo que a autoestima deles era definida sobre os sucessos ou fracassos esportivos desses filhos atletas. Tal padrão relacional acabava por reativar modelos familiares intergeracionais, acerca das expectativas passadas que eles receberam quando crianças de seus próprios pais. Por sua vez, passavam a repetir esses padrões na relação parental, buscando realizar-se nos filhos, por meio de desejos não conquistados quando eram jovens.

Estratégias como essas, de compensação, ainda que de forma inconsciente, é discutida por Miller (1997) em seu livro “*O drama da criança bem-dotada*”. Assim, pode-se pensar que na ânsia de corresponder aos desejos e expectativas dos pais, as crianças podem comprometer o seu verdadeiro

self, tornando-se adultas com sentimentos reprimidos, inseguros e, portanto, indiferenciados, já que aprenderam desde cedo a desenvolver uma postura na qual é permitido mostrar somente aquilo que lhes seja esperado: em geral, atitudes de excelência e de um alto padrão moral e de destaque. Markunas (2007) corrobora à tais apontamentos ao ilustrar sobre a figura do “atleta herói”, cujo mito heroico é comparado a um atleta de alto rendimento. Uma vez que lhe seja exigida a superação de seus limites sendo pressionado para que se torne quase infalível, ele torna-se alvo de identificações e projeções que o levam a ser venerado e respeitado por sua torcida, e por vezes odiado, pelos seus adversários. Em vista disso, Rubio (2007) atenta para as repercussões negativas, de desequilíbrio emocional, ansiedade e estresse, que os praticantes esportistas de prestígio e alto rendimento podem ser acometidos.

O último subtema que emergiu de tais análises, semelhante aos anteriores, também enfatizou possíveis desencadeadores de problemas familiares e impactos negativos do superenvolvimento parental na vivência esportiva dos filhos, denominado: *incentivo à competição para vencer*. Para tanto, o tópico que sobressalta tais análises recai sobre o desejo de reconhecimento do filho para que se torne uma “estrela” em suas aptidões, sendo motivo de orgulho para seu time, familiares e para a sociedade (Dorsch et al., 2015b).

Todavia, o contraponto que se ressalta aqui, não é a expectativa saudável que se faz presente em diversas relações parentais, no sentido de apoiar e motivar os filhos a conquistarem seus sonhos e objetivos pessoais, mas da exacerbação de expectativas e cobranças, do filho vencer os campeonatos e destacar-se sempre em meio aos demais. Exigências como essas podem ser encontradas nos resultados de Almeida e Souza (2016), cujas entrevistas parentais evidenciaram que a maioria dos participantes sobrecarrega a vivência esportiva da criança, recomendando orientações além do que o treinador orienta e das quais o filho talvez não esteja preparado para realizar, o que acaba comprometendo o desenvolvimento esportivo e emocional infantil. Exemplos semelhantes podem ser conferidos nos estudos de Curran (2018); Tamminem et al. (2018); e Knight et al. (2016).

Do ponto de vista estrutural familiar, supõe-se que as projeções parentais sobre os filhos, acabam fusionando as fronteiras entre o subsistema parental – filial, de modo que se tornem emaranhadas e confusas, em sua funcionalidade (Minuchin, 1982). Isso pode tornar-se evidente pela intromissão no espaço alheio das crianças e jovens que se sentem invadidas pela necessidade, quase obrigatória, de se destacarem no meio esportivo e corresponderem as expectativas parentais.

Considerações Finais

Esse estudo consistiu em uma revisão de literatura integrativa, cujo objetivo visou analisar a produção científica nacional e internacional da prática esportiva e o relacionamento familiar. Observou-se, de modo geral, que o esporte pode atuar positivamente no processo de socialização de crianças e adultos, além de poder contribuir para a integração dos membros familiares no compartilhar de conquistas pessoais, desafios e momentos de lazer. Por outro lado, também se verificou que as expectativas e cobranças parentais acabam prejudicando o desempenho esportista dos filhos, além de trazer impactos negativos no âmbito emocional e familiar dessas crianças e jovens. Oportuniza-se,

ainda destacar que, alguns estudos identificaram a ausência parental nas práticas esportivas, de modo que, os atletas não puderam contar com o suporte presencial de seus pais e/ou emocional e financeiro, o que trouxe maiores desafios para a continuidade de suas atividades físicas.

Verificaram-se lacunas existentes em relação à produção do conhecimento científico, especificamente ao tema delimitado, de modo que os resultados encontrados privilegiaram maiores achados internacionais, e, em sua maioria, pautados sob os enfoques cognitivos e biológicos do esporte, enquanto promotores da saúde física. Ou seja, foram encontradas poucas pesquisas que investigassem questões relacionais familiares vinculadas à prática esportiva. Nesse sentido, sugere-se o avanço para os próximos estudos na área, os quais também considerem as dimensões contemporâneas da cultura e dos contextos sociais e históricos do fenômeno investigado. Como exemplo, pode-se apontar as diferenças de gênero das práticas esportivas dos filhos e suas repercussões sobre o envolvimento parental; o que poderia caracterizar uma discussão atual e relevante dentro dos processos de desenvolvimento familiar.

Além desses apontamentos, cumpre reconhecer algumas limitações encontradas na elaboração deste estudo, as quais se referem aos critérios de inclusão adotados que, por ora, acabaram restringindo informações adicionais que podem se tornar essenciais para a compreensão integral da temática. Recomenda-se, portanto, a utilização de diferentes estratégias de busca e a procura por outras bases de dados, bem como a expansão do intervalo de tempo delimitado e os diferentes tipos de obra, tais como livros, capítulos de livro, teses e dissertações, os quais poderiam agregar informações relevantes sobre o fenômeno.

Por fim, destaca-se que a epistemologia sistêmica e a Psicologia do Esporte trouxeram importantes contribuições para o olhar multidimensional do fenômeno, atentando para os padrões relacionais e intergeracionais dos participantes envolvidos, sem perder de vista os aspectos inerentes das ciências esportistas que contemplam as variáveis de psicomotricidade, preparação técnico-tática e suas repercussões sobre o contexto psíquico e familiar de seus praticantes.

Referências

- Almeida, D. H., & Souza, R. F. (2016). A influência dos pais no envolvimento da criança com o esporte durante a iniciação esportiva no futebol em uma escolinha de Campo Bom-RS. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 8(30), 256-268.
- Almeida, L. M., Pereira, H. P., & Fernandes, H. M. (2018). Efeitos de diferentes tipos de prática desportiva no bem-estar psicológico de jovens estudantes do ensino profissional. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 13(1), 15–21.
- Amblard, I., & Cruz, F. L. (2015). Sentidos de vitória/derrota para os pais segundo atletas do alto rendimento. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(3), 643–658. <https://doi.org/10.1590/1982-3703000132014>.
- APA (2020). *Parenting insSport*. Acessado em 22 de abril de 2020. Disponível em: <https://www.apa.org/pubs/journals/special/5980502>

- Aranha, Á., & Teixeira, N. (2017). Relação entre a prática de actividade física e o estado de bem-estar em adolescentes. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (32), 21–30.
- Araujo, M. L. D. (2016). Alterações antropométricas e metabólicas: um estudo longitudinal em adolescentes do sexo feminino de Recife/PE (Tese de Doutorado). Universidade Federal de Pernambuco, Recife, Brasil.
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo: Edição revisada e ampliada*. São Paulo: Edições 70.
- Becker, A. P. S., & Crepaldi, M. A. (2019). O apego desenvolvido na infância e o relacionamento conjugal e parental: Uma revisão da literatura. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 19(1), 238–260.
- Becker, A. P. S., Vieira, M. L., & Crepaldi, M. A. (2019). Apego e parentalidade sob o enfoque transcultural: uma revisão da literatura. *Psicogente*, 22(42), 1–25. <https://doi.org/10.17081/psico.22.42.3507>.
- Bolze, S. D. A., & Crepaldi, M. A. (2015). O pai e seus relacionamentos familiares: Uma perspectiva intergeracional. In E. R. Goetz & M. L. Vieira (Eds.), *Novo Pai: Percursos, desafios e possibilidades* (pp. 31-41). Curitiba: Juruá.
- Bueno, R. K., Vieira, M. L., Crepaldi, M. A., & Faraco, A. M. X. (2017). Father–child activation relationship in the Brazilian context. *Early Child Development and Care*, 189(5), 835–845. <https://doi.org/10.1080/03004430.2017.1345894>.
- Clarke, N. J., Harwood, C. G., & Cushion, C. J. (2016). A phenomenological interpretation of the parent-child relationship in elite youth football. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 125–143. <https://doi.org/10.1037/spy0000052>.
- Curran, T. (2018). Parental conditional regard and the development of perfectionism in adolescent athletes: The mediating role of competence contingent self-worth. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(3), 284–296. <https://doi.org/10.1037/spy0000126>.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., & McDonough, M. H. (2015a). Early socialization of parents through organized youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(1), 3–18. <https://doi.org/10.1037/spy0000021>.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., Wilson, S. R., & McDonough, M. H. (2015b). Parent goals and verbal sideline behavior in organized youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(1), 19–35. <https://doi.org/10.1037/spy0000025>.
- Dumont, C., & Paquette, D. (2012). What about the child's tie to the father? A new insight into fathering, father-child attachment, children's socioemotional development and the activation relationship theory. *Early Child Development and Care*, 1–17. <http://doi.org/10.1080/03004430.2012.711592>
- Ferreira, R. M., & Moraes, L. C. (2012). Influência da família na primeira fase de desenvolvimento da carreira de nadadores medalhistas olímpicos brasileiros. *Motricidade*, 8(2), 42–51. [https://doi.org/10.6063/motricidade.8\(2\).711](https://doi.org/10.6063/motricidade.8(2).711).
- Gomes, A.R. (2010). Envolvimento parental do desporto: a percepção de jovens atletas portuguesas. *Estudos de Psicologia*, Campinas, 27 (4), 491-503.
- Gomes, L. B. (2015). *Envolvimento parental, desenvolvimento social e temperamento de pré-escolares: Um estudo comparativo em Santa Catarina e Montreal*. (Tese de Doutorado). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC.

- Henriques, A. B. L., Leite, A. C. C., & Teixeira Júnior, A. W. M. (2015). Reavivando o método qualitativo: as contribuições do Estudo de Caso e do Process Tracing para o estudo das Relações Internacionais. *Revista Debates*, 9(1), 09. <https://doi.org/10.22456/1982-5269.52333>.
- Knight, C. J., Dorsch, T. E., Osai, K. V., Haderlie, K. L., & Sellars, P. A. (2016). Influences on parental involvement in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 161–178. <https://doi.org/10.1037/spy0000053>.
- Lam, C. B., & McHale, S. M. (2015). Developmental patterns and parental correlates of youth leisure-time physical activity. *Journal of Family Psychology*, 29(1), 100–107. <https://doi.org/10.1037/fam0000049>.
- Markunas, M. (2007). Psicologia do esporte no desenvolvimento do papel profissional de atleta. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 1(1), 01-13.
- Marquez, B., Dunsiger, S. I., Pekmezi, D., Larsen, B. A., & Marcus, B. H. (2016). Social support and physical activity change in latinas: Results from the seamos saludables trial. *Health Psychology*, 35(12), 1392–1401. <https://doi.org/10.1037/hea0000421>.
- Minuchin, S. (1982). *Famílias: Funcionamento e tratamento*. Artes Médicas.
- Miller, A. *O drama da criança bem-dotada: Como os pais podem formar e (deformar) a vida emocional dos filhos*. 2ª ed. Summus Editorial.
- Nakashima, F. S., Nascimento-Junior, J. R. A. do, Vissoci, J. R. N. & Vieira, L. F. (2018). Envolvimento parental no processo de desenvolvimento da carreira esportiva de atletas da seleção brasileira de ginástica rítmica: Construção de um modelo explicativo. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 40(2), 184–196. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.01.016>
- Paquette, D., Eugène, M. M., Dubeau, D., & Gagnon, M. N. (2009). Les pères ont-ils une influence spécifique sur le développement des enfants? In D. Dubeau, A. Devault & G. Forget (Eds.), *La paternité au XXI siècle* (pp. 99-122). Les Presses de l'Université Laval.
- Piché, G., Huynh, C., & Villatte, A. (2019). Physical activity and child depressive symptoms: Findings from the QLSCD. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 51(2), 114–121. <https://doi.org/10.1037/cbs0000120>.
- Reis, C. P., Ferreira, M. C. C., & Moraes, L. C. C. de A. (2016). O apoio dos pais ao desenvolvimento da carreira de atletas masculinos de basquetebol. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 38(2), 149–155. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2015.10.007>.
- Riciputi, S., McDonough, M. H., Snyder, F. J., & Lindley McDavid, M. (2020). Staff support promotes engagement in a physical activity-based positive youth development program for youth from low-income families. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 9(1), 45–57. <https://doi.org/10.1037/spy0000169>.
- Rhodes, R. E., Spence, J. C., Berry, T., Deshpande, S., Faulkner, G., Latimer-Cheung, A. E., ... Tremblay, M. S. (2016). Understanding action control of parental support behavior for child physical activity. *Health Psychology*, 35(2), 131–140. <https://doi.org/10.1037/hea0000233>.
- Rubio, K. (2007). Da Psicologia do Esporte que temos à Psicologia do esporte que queremos. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 1(1), 01–13.
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. P. B. (2013). *Metodologia de pesquisa*. Penso.

- Sanders, P., & Winter, S. (2016). Going Pro: Exploring adult triathletes' transitions into elite sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(3), 193–205. <https://doi.org/10.1037/spy0000058>.
- Schavarem, L. N., & Toni, C. G. S. (2019). A relação entre as práticas educativas parentais e a autoestima da criança. *Pensando Famílias*, 23(2), 147-161.
- Serbin, L., & Karp, J. (2003). Intergenerational studies of parenting and the transfer of risk from parent to child. *Current Directions in Psychological Science*, 12(4), 138-142.
- Souza, M. T., Silva, M. D., & Carvalho, R. (2010). Revisão integrativa: O que é e como fazer? *Einstein*, 8(1), 102-106. <https://doi:10.1590/s1679-45082010rw1134>.
- Taquette, S. R., & Minayo, M. C. (2016). Análise de estudos qualitativos conduzidos por médicos publicados em periódicos científicos brasileiros entre 2004 e 2013. *Physis*, 26(2), 417–434. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312016000200005>.
- Tamminen, K. A., Poucher, Z. A., & Povilaitis, V. (2017). The car ride home: An interpretive examination of parent-athlete sport conversations. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6(4), 325–339. <https://doi.org/10.1037/spy0000093.e>
- Vasconcellos, M. J. E. (2013). *Pensamento sistêmico: O novo paradigma da ciência*. 10ª Ed. Papirus.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2017). *Fundamentos da Psicologia aplicada ao exercício e ao esporte*. ARTMED.

Endereço para correspondência

yasmincaramori@gmail.com
anapaulabecker.psicologia@gmail.com

Enviado em 31/07/2020

1ª revisão em 23/03/2021

2ª revisão em 27/03/2021

Aceito em 26/05/2021