

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**FATORES DE ABANDONO DOS ATLETAS NA PRÁTICA DO REMO  
COMPETITIVO**

**LUCIANO LUIZ DE SOUSA**

**PORTO ALEGRE  
2010**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**FATORES DE ABANDONO DOS ATELAS NA PRÁTICA DO REMO  
COMPETITIVO**

**LUCIANO LUIZ DE SOUSA**

Monografia apresentada como requisito para conclusão do Curso de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Profa. Dra. Lisiane Torres e Cardoso

**Porto Alegre  
2010**

## RESUMO

O remo é uma modalidade olímpica bastante difundida, principalmente, no continente europeu onde os atletas têm condições ideais para sua prática. No Brasil existe um potencial incrível para o esporte, no entanto a falta de instituições e a péssima estrutura da maioria dos clubes brasileiros impedem que a modalidade cresça. Mesmo com muitos problemas existe uma quantidade significativa de pessoas praticando o esporte em todo o país, e poderia ter mais se uma parte considerável desses remadores não abandonasse o esporte precocemente. Este estudo descritivo tem por objetivo identificar os fatores que influenciam o abandono do esporte por atletas praticantes do remo. A amostra, do tipo não probabilística por conveniência, foi composta por 60 ex remadores do sexo masculino que competiram desde o nível regional até o olímpico, todos sendo devidamente registrados em qualquer federação de remo do Brasil. Os participantes foram divididos em 3 grupos de acordo com a idade em que abandonaram o esporte: categoria júnior (16 a 18 anos), constituída por 15 sujeitos; categoria sênior B (19 a 22 anos), constituída por 20 sujeitos e categoria sênior A (23 a 30 anos), constituída por 25 sujeitos. Foi utilizado o instrumento dos fatores de abandono do esporte da UFMG adaptado por Scalon (1998). O instrumento é composto por 26 itens relacionados como prováveis fatores de abandono do esporte. A escala do questionário é do tipo Likert de 4 pontos (1-nada importante, 2- pouco importante, 3- importante e 4 muito importante). Foi utilizada estatística descritiva estando a frequência da ocorrência das respostas apresentada em valores percentuais. Os resultados obtidos indicam que, independente da idade de abandono da prática o remo, os principais fatores que levaram os participantes do estudo a deixar de praticar essa modalidade foram a falta de patrocínio e apoio financeiro e a necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família. Na análise dos dados por categoria de idade do abandono da prática, além dos fatores já citados, outros apresentaram elevadas frequências de respostas: o prejuízo nos estudos e vontade ou necessidade de fazer outras atividades (categoria Junior); falta de apoio do técnico, preferência do treinador por outros colegas, poucas competições e dificuldade em melhorar os resultados técnicos (categoria sênior B); falta de apoio do técnico, vontade ou necessidade de fazer outras atividades (categoria sênior A). Para evitar a evasão no esporte devido a fatores financeiros se faz necessário o incremento de políticas públicas voltadas para este fim. No que se refere aos fatores relacionados ao relacionamento com os treinadores, destaca-se a importância das competências técnicas e pedagógicas desse profissional, além de sua capacitação para manter motivadas suas equipes, detectar e solucionar problemas que possam aumentar os riscos de *burnout*.

Palavras- chave: remo, abandono esportivo, *burnout*, atleta.

## **TABELAS**

TABELA 1- percentuais de freqüências de respostas positivas relacionadas aos possíveis fatores de abandono da prática do remo na categoria junior.....17

TABELA 2- percentuais de freqüências de respostas positivas relacionadas aos possíveis fatores de abandono da prática do remo na categoria sênior B.....18

TABELA 3- percentuais de freqüências de respostas positivas relacionadas aos possíveis fatores de abandono da prática do remo na categoria sênior A.....19

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	06
1.1 Justificativa.....	06
1.2 Problema.....	07
1.3 Objetivo.....	07
<b>2. REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	08
2.1 O Remo.....	08
2.2 Motivação.....	11
2.3 <i>Burnout</i> .....	12
<b>3. MÉTODO</b> .....	15
3.1 Caracterização do estudo.....	15
3.2 Participantes.....	15
3.3 Instrumentos.....	15
3.4 Procedimentos.....	16
3.4.1 Coleta dos dados.....	16
3.4.2 Análise dos dados.....	16
<b>4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....	17
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	23
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	24
<b>APENDICE-</b> Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	27
<b>ANEXO-</b> Inventário dos Fatores de Abandono.....	29

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 Justificativa

O remo é uma modalidade esportiva que há séculos faz parte do cotidiano de muitos povos. Ainda hoje é praticado por milhões de pessoas em todos os continentes e pode ser usado como meio de locomoção, prática de atividade física, lazer e competição. Entretanto, é na Europa que se concentra o maior número de remadores e onde o esporte tem maior ascensão. No continente europeu, a abundância de clubes e associações com fácil acesso para todos e com boa estrutura facilita a permanência e o crescimento do número de desportistas aficionados à modalidade, a pequena distância entre os países minimizam os custos de transporte para as centenas de regatas internacionais no velho continente, sendo algumas regatas tradicionais com mais de um século de existência, mantendo as equipes sempre motivadas a continuarem treinando e competindo.

No Brasil, o remo possui uns poucos milhares de praticantes que já estão no esporte há algum tempo. Nosso país também possui locais propícios para a prática de esportes náuticos em todas as regiões, contudo faltam entidades em quantidade e em qualidade para promover e viabilizar o aumento do número de praticantes. Outro obstáculo importante é a dificuldade de acesso da população aos centros de treinamento por ficarem longe dos grandes centros urbanos ou em locais de difícil acesso principalmente para as crianças. Algumas metrópoles brasileiras possuem locais propícios para a prática de esportes náuticos como remo e canoagem, no entanto, devido à poluição dos rios nas grandes cidades essa prática, que já existiu ou que poderia existir, não mais é viabilizada. Um exemplo clássico é o rio Tietê, local muito freqüentado por remadores e que há muito tempo ficou inviável para prática de qualquer modalidade esportiva pela grande quantidade de lixo, excesso de poluentes e constantes enchentes. A falta de materiais para os treinos, tais como barcos, remos e peças, na maioria importadas e de custo elevado, levou muitos clubes a fecharem suas portas, principalmente no interior dos estados do sul e sudeste.

Mesmo com todos esses problemas, é significativo o volume de pessoas que procuram o esporte para lazer, saúde, contato com a natureza e também para competir. Contudo, grande parte destes remadores, não atletas e atletas, abandonam precocemente

o esporte sem nem mesmo ter competido. Muitos atletas com grande potencial para se desenvolver no esporte, inclusive podendo chegar ao nível olímpico, abandonam os treinos antes de chegar ao nível de desempenho esperado pelos treinadores. Atletas de elite abandonam a modalidade, embora estejam no pico de sua forma física, com reais possibilidades de uma carreira vitoriosa. Entre os remadores que não competem, muitos abandonam o esporte antes de completar o primeiro ano de prática, embora saibam dos benefícios físicos e psicológicos gerados pela atividade. Tudo isso, também, geram problemas financeiros para os clubes náuticos, que sem receita suficiente padecem para manter suas portas abertas.

O presente estudo busca avaliar os motivos pelos quais remadores param de competir e praticar o esporte. Inúmeras são as pesquisas sobre os motivos de abandono esportivo, o *burnout* e o *dropout* em várias modalidades desportivas, no entanto, há escassez de pesquisas sobre o tema na modalidade, que é olímpica desde os primeiros jogos da era moderna, em nosso país e na América Latina. Os resultados dessa investigação poderão auxiliar treinadores e professores na compreensão dos motivos pelos quais competidores de todos os níveis abandonam a prática do remo. Além disso, o resultado desta pesquisa poderá fornecer subsídios para o desenvolvimento de estratégias motivacionais que possam ajudar a diminuir a evasão dos praticantes do remo em todos os níveis.

## **1.2 Problema**

Quais são os principais motivos que levam atletas do remo a abandonarem o esporte?

## **1.3 Objetivo**

Identificar os principais motivos de abandono da prática do remo competitivo.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 O Remo

Como afirmou Cratty (1989), o esporte é um dos fenômenos sociais e culturais mais importantes. Atualmente, uma parte considerável das pessoas em todo o mundo, pertencentes a todas as faixas etárias e classes sociais estão engajadas em algum tipo de programa esportivo. O remo está inserido nesse contexto por ser um esporte praticado em todos os continentes. Carraveta<sup>1</sup> (1995) citado por Scalon (1998) destacou entre os papéis mais importantes do desporto a iniciativa, perseverança, intensidade, aperfeiçoamento e menosprezo ao perigo. Segundo Roberts (1986), o desporto se vê como modelo antecipado da sociedade preparando a criança para que possa viver na mesma.

O desporto contribui no desenvolvimento da personalidade e é também foco de ensino da responsabilidade, conformidade, subordinação e modela os níveis de aspiração, fomentando o esforço e a persistência. Essas características que os desportistas buscam no esporte têm como mediadores a atividade em si, o professor e a sociedade, como relatou Vargas Neto<sup>2</sup> (1995) citado por Scalon (1998) que o principal motivo do jogo desportivo é o objetivo ligado a atividade: ultrapassar o adversário e obter bons resultados. Mas o jogador tem, além disso, outras motivações, tais como a satisfação de necessidade natural de movimentar-se, o desejo de se firmar no plano social, motor, a consciência do valor higiênico do jogo e do significado político social das altas “performances” desportivas de valor internacional.

As primeiras embarcações a remo foram usadas pelos egípcios por volta de 3000 anos A.C., e foi no Egito que surgiram os primeiros desafios individuais. No entanto, a primeira grande regata foi realizada em Veneza no ano de 942 D.C. essas regatas se tornaram tradicionais e em 1315 a grande regata de Veneza foi regulamentada. Essa regata pioneira teve várias edições suspensas por guerras, mas sempre que possível era

---

<sup>1</sup> CARRAVETA, **Deporte y Control Social: Una Aproximación Sócio Pedagógica**. Tesis doctoral, Universidad de Barcelona, 1995.

<sup>2</sup> VARGAS NETO, F.X. **Deporte y salud. Las actividades fisico-deportivas desde una perspectiva de la educación para la salud: síntesis actual**. Tesis doctoral. Universidad de Barcelona. 1995.

realizada com sucesso e com seus rituais tradicionais (LICHT, 1984). Atualmente existem várias regatas tradicionais no mundo com destaque para duas competições realizadas na Inglaterra, a tradicional regata de Henley e a mais conhecida de todas; o desafio anual entre as universidades de Oxford e Cambridge, essas regatas atraem milhares de espectadores e são transmitidas para muitos países. A competição que ano após ano bate recordes de participantes é o campeonato mundial de remo para a categoria máster, que são para os remadores acima dos 27 anos, e alcança um número aproximado que varia entre 4 e 5 mil atletas de todas as partes do mundo.

O esporte é dividido em categorias conforme a idade e o peso. Até os 13 anos o remador pertence à categoria infantil; dos 14 aos 15 anos, à categoria juvenil; dos 16 aos 18 anos pertence à categoria Junior; a partir dos 19 anos ingressa na categoria sênior, sendo esta dividida em sênior B (dos 19 aos 22 anos) e a categoria sênior A (a partir dos 23 anos). Nesta última, não há limite de idade para competir, o atleta pode optar por participar em competições da categoria máster a partir dos 27 anos. No remo existem 2 categorias por peso e divide-se entre peso leve e peso pesado. O peso leve masculino compete com um limite de 72,5 kg para o barco single skiff, que é o barco individual, e com média de 70 kg para as demais embarcações. No single skiff feminino o peso fica até os 59 kg e para os demais barcos 57, 5 kg na média de peso das remadoras. O peso pesado não tem limite de peso e os atletas do peso leve podem correr no peso pesado sem problemas.

O remo está no programa das olimpíadas da era moderna desde sua primeira edição e atualmente é composto de 14 provas sendo 8 masculinas e 6 femininas, sendo desde a olimpíada de Atlanta, em 1996, implantada a categoria peso leve em duas provas no masculino e uma no feminino (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE REMO, 2008).

No Brasil embarcações a remo existiam desde antes do descobrimento, mas o relato da primeira competição no país foi em 1846 no Rio de Janeiro entre duas tripulações de canoas de pesca. Esse evento serviu de estímulo para a propagação do esporte no Brasil (LICHT, 1986).

Atualmente os barcos para a prática do remo são leves e de grande durabilidade, são oito no total sendo o menor deles o *single skiff*, que é individual, com 14 kg e 8 metros e 20 centímetros de comprimento até o maior de todos o oito com timoneiro, com oito remadores e um timoneiro, que pesa em torno de 96 kg e mede 19 metros e 90

centímetros e podem ser feitos desde a madeira passando pela fibra de vidro até a fibra de carbono (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE REMO, 2008).

Quanto aos remos existem dois tipos de remos que são os remos simples aonde cada remador conduz um remo com ambas as mãos - esse remo mede cerca de 3 metros e 75 centímetros - e o remo duplo, onde cada remador segura dois remos cada um com uma mão - esse remo mede aproximadamente 2 metros e 90 centímetros. O remo do lado esquerdo do remador é o boreste e do lado direito é chamado de bombordo. Seu material de fabricação varia desde os remos de madeira até os de fibra de carbono mais usados atualmente (FEDERAÇÃO DE REMO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL, 2008).

A prática do esporte acontece em águas calmas, isto é sem correnteza, e protegidas dos ventos, as competições oficiais nacionais e internacionais são realizadas em raias de 2000 metros, competições regionais e festivas são realizadas em diversas distâncias. As distâncias podem mudar também em relação a faixa etária com as principais categorias competindo na distância de 2000 metros, remadores de 16 a 18 anos 1.500 metros, 13 a 15 anos e veteranos (acima de 27 anos) 1000metros e abaixo dos 13 anos 500metros (FEDERAÇÃO DE REMO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL, 2008).

O remo é um dos esportes que mais exige fisiologicamente do atleta em todos os sistemas energéticos. Um bom remador precisa ser resistente a longos períodos de esforço, precisa ser forte para carregar o seu peso e o do barco com eficiência e acima de tudo também deve ser muito técnico para fazer o barco andar com uma maior economia de energia. É um esporte de movimentos repetitivos, usando maiores e menores músculos das pernas, nádegas, braços, abdômen, parte superior e inferior das costas, ombros e peito. As valências físicas trabalhadas no remo são: a capacidade aeróbia, anaeróbia, resistência muscular e flexibilidade. Para trabalhar com sucesso todas essas valências, são necessários muito treino, dedicação, suporte familiar e psicológico (LAMBERT, 1998), sem falar no suporte financeiro do próprio atleta e da sua instituição com barcos competitivos e uma rede de profissionais multidisciplinares para ajudar a prevenir lesões e colaborar com o bem estar dos competidores.

Para remadores que competem, além das adaptações fisiológicas anteriormente citadas e de todos os benefícios físicos e psicológicos do exercício físico, existe ainda a possibilidade do contato com a natureza no meio aquático, em um ambiente diferenciado da maioria dos esportes populares no Brasil.

## 2.2 Motivação

Para Samulski (1990) a motivação é caracterizada como um processo ativo intencional, dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos), também pode ser definida como a direção e a intensidade de nossos esforços. A motivação, segundo Winterstein (1995), é um processo em busca da melhora ou manutenção da própria capacidade em todas as atividades, nos quais existe uma norma de qualidade (onde se pode medir qualitativamente o próprio desempenho) e a execução pode levar ao sucesso ou ao fracasso.

Existem muitos fatores que levam pessoas de diferentes idades e classes a começar um programa de exercícios físicos, e um bom ponto de partida é enfatizar seus benefícios como o controle de peso, redução do estresse e do risco de doenças cardiovasculares, elevação da auto-estima e da satisfação e da oportunidade de socialização (WEINBERG; GOULD, 2008). Com atletas de alto nível a motivação de rendimento é caracterizada por duas tendências: procurar êxito e evitar o fracasso, isso é mais comum ocorrer em atletas de alto nível. As situações de êxito e fracasso produzem diferentes efeitos e reações psicológicas. Êxito no esporte produz uma satisfação e uma diminuição na tensão pela motivação e um estado de alegria do atleta: no fracasso se percebe reações de frustração no atleta (WINTERSTEIN, 1995).

Os pesquisadores relatam dois grandes tipos de motivação. Os atletas podem se motivar intrinsecamente ou de forma extrínseca. Smith (1987) relata a motivação como as recompensas que os praticantes têm com o esporte. As recompensas são reais ou externas como dinheiro, viagens, troféus e propriedades. As recompensas internas são as realizações dos objetivos, percepção de competência, admiração de outras pessoas. Valerand, Deci e Ryan (1987) afirmam que atletas são motivados internamente mesmo em modalidades onde existe um retorno financeiro. No que se refere ao esporte para crianças, Cratty (1983) afirma que é preferível que estas estejam internamente motivadas em vez de precisarem de algum tipo de recompensa externa, quando se empenham em competições atléticas ou na escola. Julga-se que crianças motivadas, intrinsecamente, têm probabilidade de serem mais persistentes e apresentarem níveis de desempenho mais altos e realizarem mais tarefas do que indivíduos motivados intrinsecamente. Existem muitas formas para motivar pessoas a manter um programa de exercício, mas como foi visto, inúmeros estudos apontam os fatores intrínsecos como os

que mais motivam os atletas. Embora abordagens como feedback positivo e recompensas ajudam certamente a melhorar a adesão ao exercício, sabemos que a motivação mais duradoura vem de dentro. Aprendemos que a maioria das pessoas não muda seu comportamento em relação ao exercício em longo prazo com base em recompensas ou conseqüências extrínsecas (WEINBERG; GOULD, 2008). Bruin, Rikers e Shimidt (2007) afirmaram que atletas com persistência e um nível elevado de autodeterminação não mostraram nenhuma diminuição na motivação. Se a motivação intrínseca existir, e a motivação extrínseca for eficiente, a probabilidade de aumentar a aderência ao exercício será muito maior.

### **2.3 Burnout**

O termo *burnout* em uma conjunção entre *burn* e *out*, ambas palavras da língua inglesa, onde a primeira significa arder, queimar enquanto a segunda se refere a “fora”, “para fora”. Então o significado literal para *burnout* significa “queimar para fora”. Porém, sua pronuncia é mais bem expressada pela tradução do esgotamento (PIRES; BRANDÃO; MACHADO, 2005).

Nos últimos anos, o *burnout* começou a aparecer com maior freqüência no esporte. Os treinadores de todos os níveis discutem os perigos disso em sua profissão. Os atletas abandonam o esporte no pico de suas carreiras e muitos outros desistem do esporte na adolescência abastecidos por pressão competitiva imprópria para a faixa etária resultando em abandono na modalidade (SMITH, 1986).

*Burnout* é uma síndrome caracterizada pelo desgaste progressivo, com sintomas físicos e psicológicos relacionados com sentimento diminuído de auto-estima (FREUDENBERGER, 1980). A pesquisa de Kentta e Hassnem (2002) indicou que o *burnout* do atleta é caracterizado pelo distúrbio emocional, fadiga, exaustão, perda de desempenho. Os atletas com *burnout* mostram tipicamente sinais de desmotivação e desvalorização do esporte. Já Cherniss (1980) simplificou e relatou que o *burnout* é uma reação crônica ao esforço.

Smith (1986) propôs um modelo de *burnout* atlético baseado em um modelo cognitivo-afetivo do esforço. Dentro do modelo Smith identificou componentes situacionais, cognitivos, fisiológicos e comportamentais. A nível situacional as razões para o *burnout* incluem o regime de treinamento, falta de autonomia, baixa sustentação social. A nível cognitivo, a síndrome de esgotamento ocorre devido a sobrecarga

percebida, falta de controle e de realização, falta de significado e valor na atividade. As respostas fisiológicas resultantes incluem a tensão, raiva e depressão. As vítimas do *burnout* tem comportamento voltado à diminuição do desempenho e desistência da atividade.

As causas da síndrome do esgotamento são diversas, como citou Garcés de Los Fayos e Vives (2002), e estão relacionadas às dificuldades de relacionamento com o treinador, altas demandas competitivas, monotonia nos treinos, falta de habilidade na modalidade, decepção relacionadas às expectativas iniciais com os resultados obtidos, interesse financeiro dos pais, ausência ou reduzida vida pessoal fora do esporte, falta de apoio da família e dos amigos, demanda excessiva de energia e tempo, sentimento de isolamento frente a equipe técnica e finalmente carências de reforços positivos pelos resultados conseguidos. Durante a última década o aumento de carga nos treinamentos dos atletas de elite pode estar conduzindo a uma maior ocorrência de respostas mal adaptadas ao treinamento causando desgaste excessivo (GOULD, 1996). Atletas de elite estão sendo sobrecarregados e não conseguem suportar tamanha densidade dos treinos por muito tempo. Quando atletas estão com *burnout* eles tipicamente possuem fadiga crônica do treinamento, distúrbios do sono, episódios de depressão e um sentimento de desamparo (SMITH, 1986). Um dos mais bem planejados estudos sobre o abandono no esporte foi realizado por Robinson e Carron<sup>3</sup> (1982) citado por Gould (1987), onde uma variedade de fatores pessoais e situacionais foram indicados como possíveis causas desse abandono, incluindo a ansiedade na competição, motivação para realizações, auto motivação e auto-estima baixas, atitudes em relação a competição, entre outros. As variáveis foram avaliadas em 98 jogadores de futebol americano e descobriu-se que aqueles que abandonaram o esporte se sentiam menos participantes da equipe, se divertiam menos, sentiam menos apoio por seus pais, e mais freqüentemente se queixavam do treinador. A investigação desses autores é importante porque ela sustenta a noção que o processo de atrito nos esportes é um fenômeno complexo influenciado por infinidades de variáveis pessoais e conflitos com outras atividades (SCALON, 1998). Gould *et al.* (1982) relataram que os jovens deixam de praticar exercícios pela atração a outras atividades. O estudo realizado com atletas de natação revelou que a maioria dos atletas desistiu do esporte pelo interesse em outras atividades e não pela pressão excessiva falta de diversão ou demandas de treinamento como indicado em

---

<sup>3</sup> ROBINSON, T. T.; CARRON, A. V. Personal and situational factors associated with dropping out versus maintaining participation in competitive sport. **Journal of Sport Psychology**, 4, p.364-372, 1982.

outras pesquisas. Outro fator que pode provocar o abandono é o relacionamento dos atletas com seus treinadores e professores. Num estudo relacionado ao abandono do futsal, Hallal *et al.*, (2004) entrevistaram 140 adolescentes e os resultados mostraram que 36% e 31% das causas principais foram, respectivamente: o prejuízo nos estudos e a falta de apoio do técnico. Muitos estudos também mostraram resultados consistentes, confirmando que o treinador tem papel decisivo na trajetória esportiva dos atletas. Estes estudos indicam a necessidade da realização de reflexões profundas sobre quem são os profissionais que estão lidando com a prática esportiva das pessoas, especialmente crianças, e qual o grau de instrução destes indivíduos, pois eles podem precipitar a saída da modalidade e do esporte.

Diversas estratégias são usadas para diminuir ou prevenir o *burnout* em atletas. Os pesquisadores Lemyre, Treasure e Roberts (2006) concluíram que a diminuição na qualidade da motivação ao longo do tempo aumenta a suscetibilidade de um atleta apresentar sintomas de *burnout*. Assim, este estudo indica a necessidade de um monitoramento sistemático nas mudanças na qualidade da motivação do atleta. Ryan e Deci (2000) sugeriram que a autonomia e a competência são fundamentais para cumprir as necessidades psicológicas que os indivíduos procuram satisfazer, afim de conseguir o ajuste psicológico e o crescimento pessoal. O estudo de Burisch (1993) deu consistência à tese que caracteriza o início do *burnout* com a perda percebida de autonomia sugerindo, assim, que a autonomia no exercício é importante para a auto motivação. Percebendo o *burnout* como um fenômeno atual e pertinente entre os desportistas, Garces De Los Fayos e Medina (2002) elaboraram princípios básicos de prevenção e intervenção. Na prevenção são necessárias medidas como a estruturação racional do treinamento, aplicação de treinamento psicológico e aumento da idade mínima para participação em competições de alto nível. No âmbito da intervenção, os autores julgam relevante auxiliar os impactos da síndrome na vida pessoal, esportivo e familiar, assim como sincronizar o relacionamento do psicólogo do esporte com os esportistas. Contudo apesar dos esforços aproximadamente metade das pessoas que inicia programas de exercício desiste entre seis meses a um ano (DISHMAN; GETTMAN, 1980). Esse achado mostra o alto índice de abandono precoce nos programas de atividade física e a importância do bom planejamento das aulas, motivação e ajuda psicológica para atletas e não atletas não adquirirem o *burnout*, como mostra no estudo de Kellmam (2002). A recuperação para esta síndrome representa um processo complexo, isso pode exigir meses ou anos de descanso ou de remoção do esporte.

## **3 MÉTODO**

### **3.1 Caracterização do Estudo**

Este estudo é do tipo descritivo e tem por objetivo identificar os fatores que influenciam no abandono do esporte em atletas praticantes do remo.

### **3.2 Participantes**

A amostra do estudo foi constituída de 60 remadores, todos do sexo masculino, que praticaram o esporte em equipes competitivas por no mínimo seis meses, foram federados em qualquer federação de remo do Brasil e participaram em pelo menos uma competição realizada pelas federações brasileiras ou pela Confederação Brasileira de Remo. Trata-se de uma amostra não probabilística por conveniência.

Os participantes foram divididos em 3 grupos de acordo com a idade em que abandonaram o esporte: categoria júnior (16 a 18 anos), constituída por 15 sujeitos; categoria sênior B (19 a 22 anos), constituída por 20 sujeitos e categoria sênior A (23 a 30 anos), constituída por 25 sujeitos.

No que diz respeito ao nível de desempenho desses remadores, 27 permaneceram nas competições estaduais, 20 eram de nível nacional, sendo boa parte dos atletas com algum título brasileiro, e 13 atletas competiram em nível internacional, representando o Brasil em sul americanos e pan americanos. Desses 13 competidores, 4 foram a pelo menos uma olimpíada em Barcelona 1992, Atlanta 1996 e Pequim 2008.

### **3.3 Instrumentos**

Foi utilizado o Instrumento dos Fatores do Abandono do Esporte da Universidade Federal de Minas Gerais elaborado por Samulski (1992) com as adaptações feitas por Scalon (1998). O instrumento tem 26 itens relacionados a prováveis fatores que podem levar ao abandono do esporte (Anexo A). O autor avaliou a fidedignidade do instrumento através da correlação entre teste e reteste (0,92). A análise de conteúdo do instrumento também indicou sua adequação.

Para cada item do questionário o participante colocou um número de um a quatro de acordo com o nível de importância que o fator para o abandono das competições no remo. A escala era do tipo Likert de quatro pontos: 1- nada importante, 2- pouco importante, 3- importante e 4- muito importante. Para fins de análise foram consideradas positivas as respostas assinaladas como muito importante e importante.

### **3.4 Procedimentos**

#### **3.5.1 Coleta de dados**

No primeiro momento, os indivíduos que constituíram a amostra da pesquisa foram contatados nos próprios clubes de remo, na Federação de Remo do Estado do Rio Grande do Sul, e nas competições do calendário oficial da Federação de Remo. O pesquisador explicou o objetivo deste estudo e mediante o interesse em participar da presente pesquisa, os participantes recebiam os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (vide Apêndice). Após o retorno dos mesmos devidamente assinados, os participantes recebiam o questionário dos fatores de abandono da prática esportiva.

#### **3.5.2 Análise dos dados**

Neste estudo foi realizada estatística descritiva, a frequência da ocorrência das respostas estão apresentadas em valores percentuais.

## 4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

As tabelas a seguir ilustram os resultados obtidos em cada grupo analisado.

Na tabela 1 observa-se que os maiores percentuais de respostas positivas entre os ex atletas de 16 a 18 anos (categoria Junior) foram o prejuízo nos estudos, vontade ou necessidade de fazer outras atividades e a necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família:

Tabela 1: percentuais de frequências de respostas positivas relacionadas aos possíveis fatores de abandono da prática do remo na categoria junior

	Questões	N	%
1	Falta de apoio dos pais	1	6,6%
2	Falta de apoio do técnico	5	33,3%
3	Falta de patrocínio e apoio financeiro	6	40%
4	Dificuldade de relacionamento com o técnico	4	26,6%
5	Dificuldade de relacionamento com os companheiros de equipe	0	0%
6	Estresse de competição (medo, desgaste, pressão)	1	6,6%
7	Pressão dos pais para obter bons resultados	0	0%
8	Pressão e cobrança excessiva por parte do técnico	2	13,3%
9	Problemas de ordem física (lesões e doenças)	4	26,6%
10	Intensidade nos treinamentos (cansaço)	4	26,6%
<b>11</b>	<b>Prejuízo nos estudos</b>	<b>10</b>	<b>66,6%</b>
12	Monotonia nos treinamentos	3	20%
<b>13</b>	<b>Vontade ou necessidade de fazer outras atividades</b>	<b>8</b>	<b>53,3%</b>
14	Influências de colegas que não faziam o esporte	2	13,3%
15	Poucas competições	4	26,6%
16	Dificuldade em melhorar os resultados técnicos	4	26,6%
17	Não ser tão bom quanto gostaria	3	26,6%
18	Local de treinamento inadequado	2	13,3%
19	Horário de treinamento inadequado	3	20%
20	Preferência do treinador por outros colegas	3	20%
21	Não gostar de competir contra outras pessoas	0	0%
22	Medo da derrota	0	0%
23	Envolvimento com drogas	3	20%
<b>24</b>	<b>Necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família</b>	<b>7</b>	<b>46,6%</b>
25	Preferência por outros esportes	3	20%
26	Medo de não atingir o sucesso como o de seus ídolos	1	6,6%
27	Outros	1	6,6%

Alguns estudos indicam que dificuldades financeiras no âmbito familiar não se caracterizam enquanto um fator marcante no abandono do esporte durante a infância e a adolescência (BARA FILHO & GARCIA, 2008; GOULD & HORN, 1984). Porém, para os participantes desta pesquisa, este foi um dos fatores de elevado percentual de resposta.

Entretanto, as elevadas frequências de respostas relacionadas ao prejuízo nos estudos, juntamente com a vontade ou necessidade de fazer outras atividades, corroboram com outras pesquisas que indicam que grande parte dos jovens acaba, precocemente, abandonando os treinamentos devido à dificuldade de conciliar os treinos com os estudos e com outras atividades, por exemplo, prática de outras atividades esportivas, amigos, família e lazer ( HALLAL *et al*, 2004; BARA FILHO & GARCIA, 2008). No caso do remo não é diferente, pois a modalidade necessita de muita dedicação e tempo para treinar. Atletas da categoria Junior possuem uma rotina de 6 treinos semanais, e que pode aumentar consideravelmente no período competitivo, o que acaba gerando um desgaste físico e psicológico muito grande, além de uma reduzida vida social, tão importante na adolescência e início da idade adulta.

A tabela 2 ilustra os resultados obtidos entre os participantes da categoria sênior B (19 a 22 anos). Os fatores com percentuais de respostas mais elevados foram: falta de patrocínio e apoio financeiro, falta de apoio do técnico, necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família e poucas competições.

Tabela 2: percentuais de freqüências de respostas positivas relacionadas aos possíveis fatores de abandono da prática do remo na categoria sênior B

	Questões	N	%
1	Falta de apoio dos pais	3	15%
<b>2</b>	<b>Falta de apoio do técnico</b>	<b>11</b>	<b>55%</b>
<b>3</b>	<b>Falta de patrocínio e apoio financeiro</b>	<b>15</b>	<b>75%</b>
4	Dificuldade de relacionamento com o técnico	6	30%
5	Dificuldade de relacionamento com os companheiros de equipe	3	15%
6	Estresse de competição ( medo, desgaste, pressão)	6	30%
7	Pressão dos pais para obter bons resultados	0	0%
8	Pressão e cobrança excessiva por parte do técnico	4	20%
9	Problemas de ordem física (lesões e doenças)	1	5%
10	Intensidade nos treinamentos (cansaço)	7	35%
11	Prejuízo nos estudos	6	30%
12	Monotonia nos treinamentos	4	20%
13	Vontade ou necessidade de fazer outras atividades	7	35%
14	Influências de colegas que não faziam o esporte	1	5%
<b>15</b>	<b>Poucas competições</b>	<b>10</b>	<b>50%</b>
16	Dificuldade em melhorar os resultados técnicos	9	45%
17	Não ser tão bom quanto gostaria	7	35%
18	Local de treinamento inadequado	3	15%
19	Horário de treinamento inadequado	4	20%
20	Preferência do treinador por outros colegas	8	40%
21	Não gostar de competir contra outras pessoas	0	0%
22	Medo da derrota	3	15%
23	Envolvimento com drogas	1	5%
<b>24</b>	<b>Necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família</b>	<b>11</b>	<b>55%</b>
25	Preferência por outros esportes	2	10%
26	Medo de não atingir o sucesso como o de seus ídolos	3	15%
27	Outros	5	25%

Diferente do observado na categoria Junior, na categoria sênior B a falta de patrocínio e apoio financeiro foi citada pela maioria dos atletas como fator fundamental para abandonar o esporte. Resultados semelhantes foram divulgados no estudo de Vieira (1999), realizado com adultos jovens, onde os atletas e ex atletas relatam as dificuldades de se manter e se dedicar exclusivamente à carreira esportiva sem patrocínio e sem ajuda dos clubes e órgãos públicos. Nas competições amadoras, grande parte dos competidores tem que tirar recursos do próprio bolso para poder competir ou viajar e se esse esportista não tem recursos acaba não competindo. A situação dos clubes também é crítica com boa parte deles em situação de miséria. Existem projetos em que as entidades esportivas podem buscar recursos através de convênios com empresas

privadas, mas muitos dirigentes não sabem como buscar esses recursos e os empresários não tem interesse em fazer parcerias com modalidades amadoras, pois estas não aparecem na mídia e, portanto, o retorno para as empresas é baixo. Portanto, a falta de patrocínio e do estabelecimento de políticas para o desenvolvimento do esporte provoca a perda, a cada ano, de muitos atletas (e talvez de diversos talentos esportivos) no Brasil.

Por outro lado, a falta de apoio do técnico é indicada em vários estudos como uma das principais causas de abandono da prática esportiva (HALLAL *et al*, 2008; SARRAZIN *et al*, 2002). Portanto, os treinadores também têm papel decisivo na permanência e no abandono dos competidores e por isso precisam ficar atentos em como lidar com suas equipes para diminuir a evasão dos atletas. É importante que o treinador desenvolva estratégias motivacionais para evitar a monotonia nos treinamentos e o esgotamento excessivo. Importante também é o monitoramento dos índices de motivação pelo próprio treinador, ou por um psicólogo do esporte, para detectar possíveis causas que possam desmotivar os atletas e posteriormente provocar o *burnout* e o abandono da prática esportiva.

Dirigentes dos centros de treinamento e clubes também têm responsabilidade neste contexto na medida em que precisam contratar profissionais capacitados, avaliar se esses profissionais são capazes de manter motivada a equipe; além de oferecer condições de trabalho e de especialização aos mesmos.

Outros fatores que tiveram grande relevância neste grupo foram a falta de competições e a dificuldade de melhorar os resultados técnicos. O remo é um esporte que demanda um grande suporte financeiro para a obtenção e manutenção de barcos para competições. Na maioria das localidades do país e da América Latina, onde se concentram as competições a nível nacional e sul americano, as entidades não têm condições de ceder barcos para as equipes visitantes, forçando as equipes a trazer seus próprios barcos e equipamentos. Tal situação acaba por exigir um transporte especial e, por consequência, aumenta as despesas dos clubes para além dos gastos normais de qualquer delegação de desportistas. Isso tudo acaba gerando uma diminuição de viagens por ano dos clubes e até mesmo das seleções para competições. A consequência é uma rotina muito pesada de treinos com reduzidas viagens e competições gerando um clima desmotivador para o competidor.

A dificuldade de melhorar os resultados técnicos também é um problema nessa faixa de idade: o indivíduo sai da adolescência com melhoras significativas a cada ano

de treinamento pelo aumento das valências físicas e pela melhora importante nos padrões técnicos mais finos. Ao ingressar na categoria sênior B essas melhoras continuam, porém sem o volume dos anos anteriores e tornam-se menores a cada ano que passa. Este fato pode causar irritação por parte do atleta ou do treinador, gerando atritos entre as partes, além de decepção quanto aos resultados esperados e posteriormente, pode desencadear a síndrome do esgotamento ou *burnout* (GARCES DE LOS FAYOS & VIVES, 2002).

No que se refere à categoria sênior A (23 a 30 anos) a tabela 3 ilustra os resultados observados:

Tabela 3: percentuais de freqüências de respostas positivas relacionadas aos possíveis fatores de abandono da prática do remo na categoria sênior A

	Questões	N	%
1	Falta de apoio dos pais	5	20%
<b>2</b>	<b>Falta de apoio do técnico</b>	<b>10</b>	<b>40%</b>
<b>3</b>	<b>Falta de patrocínio e apoio financeiro</b>	<b>11</b>	<b>44%</b>
4	Dificuldade de relacionamento com o técnico	6	24%
5	Dificuldade de relacionamento com os companheiros de equipe	2	8%
6	Estresse de competição (medo, desgaste, pressão)	4	16%
7	Pressão dos pais para obter bons resultados	0	0%
8	Pressão e cobrança excessiva por parte do técnico	4	16%
9	Problemas de ordem física (lesões e doenças)	6	24%
10	Intensidade nos treinamentos (cansaço)	5	20%
11	Prejuízo nos estudos	8	32%
12	Monotonia nos treinamentos	5	20%
<b>13</b>	<b>Vontade ou necessidade de fazer outras atividades</b>	<b>15</b>	<b>60%</b>
14	Influências de colegas que não faziam o esporte	1	4%
15	Poucas competições	4	16%
16	Dificuldade em melhorar os resultados técnicos	9	36%
17	Não ser tão bom quanto gostaria	6	24%
18	Local de treinamento inadequado	4	16%
19	Horário de treinamento inadequado	9	36%
20	Preferência do treinador por outros colegas	5	20%
21	Não gostar de competir contra outras pessoas	4	16%
22	Medo da derrota	1	4%
23	Envolvimento com drogas	2	8%
<b>24</b>	<b>Necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família</b>	<b>18</b>	<b>72%</b>
25	Preferência por outros esportes	3	12%
26	Medo de não atingir o sucesso como o de seus ídolos	1	4%
27	Outros	8	32%

Novamente observa-se que dentre os fatores com maiores percentuais de respostas está a necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família. À medida que o atleta fica mais velho, aumenta a pressão para o indivíduo entrar no mercado de trabalho, caso ele não obtenha auxílio financeiro através do esporte. Para aqueles atletas pertencentes a esta categoria que já possuem filhos, a situação torna-se mais complexa. Uma importante iniciativa do governo federal, voltada para auxiliar a permanência de atletas, que não possuem patrocínio, no cenário competitivo, é o programa Bolsa Atleta, criado no ano de 2004. A regra é simples e vale para qualquer atleta que competiu e foi medalhista no ano anterior ao pedido, e os valores das bolsas são de acordo com o nível da competição à qual o atleta conseguiu o resultado (CAIXA ECONOMICA FEDERAL, 2010). Sem dúvida é uma ótima iniciativa, no entanto a quantidade de atletas que estão sendo beneficiados com a bolsa é mínima e não atende à demanda do país tendo em vista as Olimpíadas de 2016.

Assim como na categoria sênior B, a falta de patrocínio e apoio financeiro obteve um elevado percentual de resposta. No Brasil essa é uma realidade não só do remo, mas de várias modalidades esportivas, pois a maioria dos atletas não consegue patrocínio e os clubes onde que treinam não tem condições de arcar com as despesas para o atleta continuar treinando e competindo. Desta forma, com o passar dos anos, torna-se inviável a continuidade do atleta no cenário competitivo.

Outro fator que também representou um grande número de respostas positivas dos atletas na categoria sênior A, assim como na categoria Júnior, foi a vontade ou necessidade de fazer outras atividades. O estudo de Gould *et al* (1982) indica que mesmo com os treinamentos adequados e divertidos, a concorrência com outras atividades, sendo elas desportivas, de lazer ou sociais, é um fator determinante para o abandono da atividade atual. Especificamente na categoria sênior A, uma das possíveis justificativas para essa situação é a necessidade que muitos atletas sentem em passar mais tempo com a família que constituíram e também com seus amigos. Sendo assim, acabam por praticar o remo apenas enquanto uma atividade de lazer ou simplesmente deixando de praticar qualquer atividade física. Por outro lado, com tantos anos de dedicação á prática do remo, é possível que alguns atletas já não tenham mais a motivação intrínseca que anteriormente os mantiveram no esporte por tanto tempo, e com isso, continuam treinando apenas pelas recompensas extrínsecas, o que é um facilitador para o início do *burnout*.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados obtidos na realização do presente estudo indicam que os principais fatores de abandono na prática do remo competitivo são a necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família e a falta de patrocínio e apoio financeiro.

Além dos fatores citados acima, em cada categoria analisada, outros fatores também receberam destaque: o prejuízo nos estudos e vontade ou necessidade de fazer outras atividades (categoria Junior-16 a 18 anos); falta de apoio do técnico e poucas competições (categoria sênior B-19 a 22 anos); falta de apoio do técnico, vontade ou necessidade de fazer outras atividades (categoria sênior A-23 a 30 anos).

Para tornar possível a alteração do contexto descrito a partir desses resultados, se faz necessário o desenvolvimento de políticas voltadas para o incremento da prática competitiva do remo no Brasil através do poder público e da iniciativa privada.

A atuação do treinador também é de vital importância para a diminuição dos fatores de abandono desta modalidade. A competência técnica e pedagógica deste profissional são aspectos determinantes para a permanência dos atletas na prática esportiva. O treinador também precisa estar atento as causas e possíveis conseqüências que podem trazer a síndrome do *burnout* esportivo, detectar mudanças no comportamento e na motivação de seus atletas é fundamental para tomar medidas preventivas.

## REFERÊNCIAS

BRUIN, A. B. H.; RIKERS, R. M. J.; SHIMIDT H. G. The influence of achievement motivation and chess-specific motivation on deliberate practice. Erasmus University Rotterdam. **Journal of Sports & Medicine Pshycology**, 29, p.561- 583, 2007.

BURISCH, M. In search of theory: Some ruminations on the nature and etiology of burnout. In SCHAUFELI, W. B.; MASLACH, C.; MAREK, T. (Eds.). **Professional burnout: Developments in theory and research**, pp.75-93. Washington, DC, 1993.

CHERNISS, C. **Professional burnout in human service organization**. New York: Braeger, 1980.

CAIXA ECONOMICA FEDERAL. **Bolsa Atleta**. Disponível em: [http://www.caixa.gov.br/Voce/social/beneficios/bolsa\\_atleta/index.asp](http://www.caixa.gov.br/Voce/social/beneficios/bolsa_atleta/index.asp). Acessado em 15 de mai. 2010.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE REMO. **Barcos**. Disponível em: [http://www.cbr-remo.com.br/files/sobre\\_remo.asp?sobre\\_key=5](http://www.cbr-remo.com.br/files/sobre_remo.asp?sobre_key=5). Acessado em 25 nov. 2008

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE REMO. **Eventos**. Disponível em: [http://www.cbr-remo.com.br/files/result\\_evento.asp](http://www.cbr-remo.com.br/files/result_evento.asp) . Acessado em 28 nov. 2008.

CRATTY, B. J. **Psicologia no esporte**. Rio de Janeiro: Prentice Hall, 1983.

CRATTY, B. J. **Psychology in contemporary sport**. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1989.

DISHMAN, R. K.; GETTMAM, L. K. Psychologist influences or exercises adherence. **Journal of Sport Psychology**, 2, p.295- 310, 1980.

FEDERAÇÃO DE REMO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL. **Categorias**. Disponível em: <http://www.remosul.com/esporte.htm#categorias> .Acessado em 28 nov. 2008.

FREUDENBERGER, H. J. **Burnout: High cost of high achievement**. Garden City, NY: Anchor Press, 1980.

GARCES DE LOS FAYOS, E. J.; MEDINA, G. Principios basicos a aplicar en el desarrollo de programas de intervención e prevención en deportistas con el síndrome de burnout: Propuestas desde una perspectiva transnacional. **Revista Psicología del Deporte**, Illes Baleus, v.11, n. 2, p. 259–267, 2002.

GARCES DE LOS FAYOS, E. J. & VIVES, L. Variables motivacionales y emocionales implicados en el síndrome de burnout en el contexto deportivo. **Revista Eletronica de**

**Motivacion y Emoción.** Castellon. v 5, n 11- 12, 2002. Disponível em: <[www.ireme.vji.es](http://www.ireme.vji.es)>. Acesso em 20 out. 2008.

GOMEZ, S. *et al.* Analise da produção científica em psicologia do esporte no Brasil e no exterior. *Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y Deporte*, Vanier, v.2, n.1, p. 25-40, 2007.

GOULD, D.; HORN, T. Participation motives in young athletes. In: SILVA, J. M.; WEINBERG, R. S. (Eds). *Psychological foundations of sports*. Champaign: Human Kinetics, 1984. pg. 359-370.

GOULD, D. Understanding attrition in children's sports. In GOULD, D.; WEISS, M. R. (EDS.). **Advances in pediatric science: Vol 2, Behavioral issues** (pp. 61-85). Champaign, IL: Human Kinetics, 1987.

GOULD, D. Personal motivation gone awry: Burnout in competitive athletes. **Quest**, 48, 275- 289, 1996.

GOULD, D. *et al.* Reasons for attrition in competitive youth swimming. **Journal of Sport Behavior**, 5, p.155-165, 1982.

HALLAL, P. C. *et al.* Fatores intervenientes associados ao abandono do futsal em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 12 (3), p.27- 32, 2004.

KENTTÄ, G.; HASSMÉN, P. Underrecovery and overtraining: A conceptual model. In KELMAM (Ed.). **Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes**. Champaign, IL: Human Knetics ( pp 57-79), 2000.

KELLMANN, L. Pshycology assessment of underrecovery. In LEHMANN, M. (Ed.). **Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes**. Champaign, IL: Human Knetics ( pp 37- 55), 2002.

LAMBERT, C. **Mind over water: Lessons on life from the art of rowing**. New York. Houghton Mifflin Company, pp.184, 1998.

LEMYRE P. N.; TREASURE, D. C.; ROBERTS, F. C. Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility. **Journal of Sport e Exercise Psychology**, 28, p.32- 48. Norwegian University of Sport Exercise. 2006.

LICHT, H. **O remo através dos tempos**. CORAG. Porto Alegre. 1986.

PIRES, D. A.; BRANDÃO, M. R.; MACHADO, A. A. **Síndrome do Burnout no Esporte**. Departamento de Ed. Física – Ib/ UNESP Rio Claro, Universidade São Judas Tadeu. V.11, n 3, p 147-153, set / dez 2005. Disponível em: <[www.rc.unesp.br](http://www.rc.unesp.br)>. Acesso em 20 out. 2008.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Self- determination theory and the facilitacion of intrinsic motivation, social development, and well- being. **American Psychologist**, 55, p.68-78. 2000.

ROBERTS, G. C. Propuestas de medios motivacionales, **Actas 1º Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física e del Deporte**. ACPE, 1986.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**: Comparação do Esportista com o Não Esportista. UFMG, Belo Horizonte, 1992.

SCALON, R. M. **Fatores motivacionais que influem na aderência e no abandono dos programas de iniciação desportiva pela criança**. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, 1998.

SARRAZIN, P. *et al.* Motivation and dropout in female handballers: a 21 month prospective study. **European Journal of Social Psychology**, Muenster, v.32, p. 395-418, 2002.

SMITH, R. E. Toward a cognitive- affective model of athletic burnout. University of Washington. **Journal of Sport Psychology**, 8, p.36-50, 1986.

VALLERAND, R. J.; DECI E. L.; RIAN, R. M. Intrinsic motivation in sport. In PANDOLF, K. (Ed.). **Exercise and Sport science review** (pp. 389- 425). New York: Macmillian, 1987.

VIEIRA, J. L. L. **O processo de abandono de talentos do atletismo do estado do Paraná**: Um estudo orientado pela teoria dos sistemas ecológicos, 1999. 162f. Tese (Doutorado em Ciência do Movimento Humano)- Universidade Federal de Santa Maria, Florianópolis, 1999.

WEINBERG, R. S.; GOULD. D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 4º edição, 2008.

WINTERSTEIN, P. J. Motivação, educação física e esporte. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, 1995.

**APÊNDICE - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

## TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Vimos por meio deste solicitar a V. Sa. autorização para participar da pesquisa “Fatores de Abandono da Prática do Remo Competitivo entre Atletas”, realizada no município de Porto Alegre. O objetivo desta pesquisa é verificar os fatores de desistência dos treinos e competições de remadores competidores. Portanto será entregue um inventário com 26 questões com uma escala de; 1- nada importante, 2- pouco importante, 3- importante, 4- muito importante, para a seguinte pergunta: Quais os fatores que levaram a abandonar a prática do remo competitivo?

Para tanto necessitamos o consentimento através da assinatura do termo a seguir.

Eu,

\_\_\_\_\_ fui informado (a) dos objetivos da pesquisa acima, de maneira clara e detalhada. Recebi informações a respeito dos procedimentos e esclareci minhas dúvidas. Sei que em qualquer momento poderei solicitar novas informações e mudar minha decisão se assim o desejar. O acadêmico Luciano Luiz de Sousa (telefone-51 92692715) certifica-me que todos os dados desta pesquisa referentes a minha pessoa são confidenciais e terei liberdade de retirar meu consentimento de participação na pesquisa a qualquer momento. Poderei também contar com minha orientadora Prof. Lisiane Torres de Cardoso (telefone 93579629) juntamente com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS (telefone 51- 3308. 4085).

Declaro que recebi cópia do presente Termo de Compromisso.

Nome do participante	Assinatura	Data
Prof. <sup>a</sup> Lisiane Torres de Cardoso		
Nome do Orientador	Assinatura	Data

**ANEXO - INVENTÁRIO DOS FATORES DE ABANDONO**

**Idade:          Tempo de Prática:          Idade de abandono do remo:**

Questões	4	3	2	1
1. Falta de apoio dos pais				
2. Falta de apoio do técnico				
3. Falta de patrocínio e apoio financeiro				
4. Dificuldade de relacionamento com o técnico				
5. Dificuldade de relacionamento com os companheiros de equipe				
6. Estresse da competição (medo, desgaste, pressão)				
7. Pressão dos pais para obter bons resultados				
8. Pressão e cobrança excessiva por parte do técnico				
9. Problemas de ordem física (lesões e doenças)				
10. Intensidade nos treinamentos (cansaço)				
11. Prejuízo nos estudos				
12. Monotonia nos treinamentos				
13. Vontade ou necessidade de fazer outras atividades				
14. Influências de colegas que não faziam o esporte				
15. Poucas competições.				
16. Dificuldade em melhorar os resultados técnicos				
17. Não ser tão bom quanto gostaria				
18. Local de treinamento inadequado				
19. Horário de treinamento inadequado				
20. Preferência do treinador por outros colegas				
21. Não gostar de competir contra outras pessoas				
22. Medo da derrota				
23. Envolvimento com drogas				
24. Necessidade de trabalhar para ajudar no sustento da família				
25. Preferência por outros esportes				
26. Medo de não atingir o sucesso como o de seus ídolos				
27. Outros				

**Legenda:** 4- muito importante 3- importante 2- pouco importante 1- nada importante