

IDADE, SEXO E A MODALIDADE ESPORTIVA COMO FATORES INFLUENCIADORES NO NÍVEL DE ANSIEDADE-ESTADO PRÉ-COMPETITIVA

Viktor Shigunov¹

UNITERMOS: ansiedade, competição, modalidades esportivas.

RESUMO: O estudo teve como propósito comparar os níveis de ansiedade-estado pré-competitiva considerando como fatores influenciadores a idade, o sexo e a modalidade esportiva praticada pelos atletas. Muitos estudos (Jones, 1995; Melo, 1984; Ramos, 1993; Sonstroem, 1984; Stefanello, 1990) mostraram que a performance atlética é relacionada a muitos fatores e o nível de ansiedade é um dos principais no desempenho do atleta. O questionário aplicado foi o Teste de Ansiedade Pré-Competitiva (TAPC) inspirado em Martens (1982) e Spielberger et al. (1979). A amostra foi constituída por cento e cinquenta (n=150) atletas sendo setenta e cinco (n=75) de cada sexo. A idade da amostra variou de dez a trinta e cinco anos. Os sujeitos da amostra eram atletas das modalidades de atletismo, basquetebol, handebol, natação e voleibol, tendo diferentes níveis de habilidades, indo de campeões da respectiva modalidade até meros participantes não obtendo classificação. Os resultados mostram que existem diferenças significativas em relação ao nível de ansiedade-estado tendo como parâmetro a idade. Contudo, faltaram dados para concluir como a idade é fator decisivo no nível de ansiedade dos atletas, fazendo supor que a experiência e os anos de prática dos atletas são fatores importantes. Igualmente, o sexo e as modalidades coletivas e individuais foram as variáveis que influenciaram nos níveis de ansiedade-estado, parecendo ser o nível de ansiedade ligado, igualmente, a outros fatores tais como a personalidade, treinamento, atenção do técnico e os resultados alcançados pelos atletas.

INTRODUÇÃO

No mundo atual o esporte ocupa um lugar de destaque entre os fenômenos sociais. Neste sentido, muito se tem enfatizado sobre a utilização do esporte por categorias sociais que procuram na atividade esportiva uma forma norteadora de canalizar esforços e interesses, usando, muitas vezes, o prestígio de uma instituição ou órgão gerenciador de tal atividade. Nestes termos, a competição vem sendo desenvolvida, muitas vezes como um instrumento de valorização e congraçamento dos povos, o que tornou possível o próprio ideal olímpico e de outros campeonatos esportivos. A partir disto, muito se tem feito para que os atletas obtenham um melhor desempenho atlético através de estudos sobre treinamento, periodização, questões psicológicas e fisiológicas, buscando uma otimização da atuação, independentemente do nível em que ocorra a competição. Todavia, o que muitas vezes se esquece é o fato de a participação em um evento esportivo poder evidenciar o aparecimento de efeitos fisiológicos e psicológicos para o atleta, princi-

palmente, acredita-se para o jovem atleta, que não se encontra suficientemente maduro para suportar todas as pressões relacionadas pela competição.

Os jovens esportistas, como afirma Cratty (1984), se defrontam muitas vezes com situações nas quais seu fracasso ou sucesso é muito visível aos outros, fazendo com que estas situações lhes proporcionem sentimentos do próprio valor outorgado pela sociedade em que vive. Para Becker Jr. (1981), em termos gerais, o treinamento e a competição, não apresentam diferenças fundamentais, mas o ponto crucial é que no treinamento predominam os esforços de ordem física e técnica, e já na competição, além destes, ocorre uma ativação maior do sistema psíquico.

Ainda para Cratty (1984) os treinamentos podem ser feitos de muitas formas, variando a intensidade, as táticas e a preparação, ocasionando muitas formas de medo. Assim, de acordo com Nitch e Samulski (1981) em muitas situações ameaçadoras o indivíduo reage de maneira completamente confusa, realizando muitos movimentos ou simplesmente ficando rígido, isto causado pela pressão que a competição esportiva pode gerar.

¹ Professor da Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Departamento de Educação Física

Também para Collette (1978), todos os temores, as apreensões de frustrações e de perigo, são capazes de desencadear reações ansiógenas, e estas variam de indivíduo para indivíduo, para alguns as mais remotas e menos prováveis ocasiões de frustração podem produzir este efeito. Esta diversidade torna impossível, verificar todas as diferentes fontes de ansiedade, devendo-se então indicar algumas situações ansiógenas para a maioria dos indivíduos.

Morgan (1978), cita três causas de ansiedade, a primeira está associada a uma lembrança do inconsciente de um estímulo amedrontador, onde aprende-se um medo, mas esquece-se como se formou e quando encontra-se a situação a que se condicionou sente-se ansiedade sem saber a razão. A segunda causa de ansiedade é a generalização de estímulo, pois, quando se aprende uma resposta a determinada situação, aprende-se uma resposta a todas as situações semelhantes à situação original. A terceira causa da ansiedade seria provocada pela relação entre ansiedade e conflitos, sendo que um conflito surge numa pessoa quando duas ou mais necessidades não podem ser satisfeitas simultaneamente, e isto provoca a frustração de um motivo e essa frustração, ou medo dela, resultam em ansiedade. Interessante notar que uma pessoa pode sentir inúmeros conflitos, sobretudo em uma sociedade complexa.

Não se pode esquecer, segundo Melo (1984) e Mosquera (1978), que a ansiedade não é necessariamente uma experiência indesejável ou negativa. Necessita-se da ansiedade para o desenvolvimento e crescimento da própria pessoa. Somente quando a ansiedade é excessiva, passa-se a ter uma difusa consciência das próprias possibilidades.

Diante destas questões, parece importante tentar entender as forças psicológicas que atuam sobre o atleta durante a competição e que o modificam internamente e para alguns esta situação é uma ameaça, sendo muitas vezes comparada a uma situação de luta. E para Cratty (1984) e Stefanello (1990) a competição não é uma ação neutra, mas deixa uma marca que causa impacto seja em seus corpos ou em suas personalidades. Desta forma as atividades esportivas podem causar estados de alegria ou depressão, influenciando significativamente nos aspectos psíquicos do atleta.

Ao se entender que a ansiedade é uma reação associada à frustração e à insegurança por ela

provocada, causa fenômenos fisiológicos, leva frequentemente a pensar que deve ser considerada uma reação fisiológica, mas como afirma Collette (1978) é um fenômeno psíquico que provoca distúrbios fisiológicos, não sendo espontâneo e dependente de vários fatores externos.

Neste caso, um aspecto digno de ser considerado, é a ansiedade do atleta, pois, dependendo da frequência e da intensidade com que ocorre, o atleta pode ser levado a viver um estado de tensão crônica com resultados funestos causando, entre outros, insônia, erupções cutâneas e consumo demasiado de energia. Para Lawther (1978) os medos e angústias não são sensações agradáveis e podem ser a causa de ações que tenham a mesma natureza.

Já para Samulski (1995), o atleta se encontra em estado de intensa carga psíquica, pela antecipação da competição, sua consequência nas oportunidades, riscos e temores.

Convém salientar que o atleta vive em um mundo que inspira ansiedade, sendo, constantemente, comparado por pessoas desconhecidas e também muito queridas, e isto faz com que apresente um medo latente da competição, pois a derrota, em qualquer aspecto, significa um desprestígio, uma ferida no seu amor próprio.

Mosquera e Stobaus (1984) consideram essencial que os níveis de ansiedade dos atletas sejam conhecidos e analisados para melhor desenvolvimento do próprio comportamento, pois cabe ao professor ou técnico procurar captar o nível de ansiedade de seus atletas, identificando os motivos de sua manifestação para que seja possível reduzir a ansiedade excessiva e encaminhar os atletas para comportamentos mais amadurecidos e independentes para uma performance global.

Além do mais, como apontam Mosquera e Stobaus (1984) à medida que os esportes se tornam profissionais, existe uma forte tendência de desligar os aspectos emocionais, negando, consequentemente, um aspecto importante que é a possibilidade intrínseca de conhecimento e amor próprio.

O outro aspecto importante a ser destacado é a preparação, principalmente entre os profissionais, apenas para a vitória e não existindo uma preparação para a derrota. Assim, as áreas da personalidade que poderiam subsidiar melhor o desempenho físico ficaram quase sempre totalmen-

te desassistidas. E além disto, o papel da ansiedade no esporte de competição quase sempre está voltada para o estudo do efeito da ansiedade para a performance do atleta, tendo algumas investigações preocupando em reduzir os níveis de ansiedade, visando, novamente a competição e o rendimento. No entanto, com estes procedimentos, não se estará ajudando o atleta a resolver o problema da ansiedade no esporte competitivo, mas apenas controlando-a temporariamente, pois a causa da ansiedade continuará atuando.

Segundo Cratty (1984) os resultados de pesquisadores que compararam os níveis de ansiedade entre homens e mulheres em desempenho físico, mostram resultados contraditórios. As mulheres teriam escores mais elevados no medo relacionado ao sucesso, contudo esse escore mais elevado pode ser atribuído à tendência das mulheres em admitirem mais facilmente sua ansiedade.

Igualmente, Melo (1984) afirma que as investigações sobre a variável sexo, embora restritas, mostram, que os resultados entre os grupos experimentais de homens e mulheres são diferentes. Após analisar alguns autores concluiu que em geral, o sexo feminino apresenta maior índice de ansiedade do que o sexo masculino. Para Cratty (1984) é provável que haja níveis moderados de ansiedade em mulheres da mesma maneira que em homens, antes, durante e após competições importantes. Contudo a mulher atleta de desempenho superior, com experiência em seu esporte é, geralmente, capaz de controlar e superar tais medos. Rosamilha (1971) cita autores que detectaram diferenças entre os sexos em escalas de ansiedade, indicando que as meninas obtêm escores mais altos que os meninos. Melo (1984) concluiu que podem ser detectadas diferenças nos aspectos genéticos, hormonais e ambientais que influenciam decisivamente no comportamento de cada sexo.

Existem várias teorias que tentam explicar o fenômeno do desenvolvimento humano dentro de vários estágios e levam em conta diferentes critérios entre outros o cronológico, o desenvolvimento físico, o sociológico, o psicológico e o cognitivo. Observando a ansiedade e a idade nos esportes Cratty (1984) relata que as faixas etárias durante as quais a ansiedade tende a ser mais elevada correspondem às idades em que homens e mulheres atingem o seu potencial físico no esporte. Quando o atleta não está seguro de suas possibilidades ou quando não está bem treinado física e

tecnicamente, está sujeito a uma maior tensão e desta forma sua ansiedade poderá ser maior. Isto ocorre frequentemente com os jovens do que com veteranos experimentados.

Outra questão que merece análise e pesquisa é o nível de ansiedade e a modalidade praticada pelo atleta. Cratty (1984) relata que as possíveis tensões do atletismo competitivo dos últimos anos da adolescência até o início dos trinta anos sejam demasiadas para muitos que sentem-se fracassados e frustrados frente aos resultados. Para Melo (1984) existem vários fatores e variáveis que afetam o nível de desempenho atingido pelo indivíduo ligado muitas vezes a esportes preferidos mas não recomendados por gerarem situações mais ansiógenas que os outros. Segundo Singer (1975) existe um nível de ansiedade para cada atleta, na medida em que este entra para uma competição em uma determinada modalidade e para se obter resultados favoráveis é necessário que o estado de ansiedade seja compatível com a natureza da atividade. Para algumas pessoas o desafio e a excitação da competição, são, comumente, acompanhadas e suplantadas pela ansiedade ou outras respostas de estresse. Elas, geralmente tornam-se tensas e apreensivas anteriormente ou durante a competição. Já outras pessoas podem, às vezes suportar a ansiedade ou outros efeitos negativos enquanto estão competindo e percebem a competição como não ameaçadora e não estressante. Pesquisadores afirmam que as tarefas que requerem uma coordenação fina, tais como golfe, arco e flecha, tiro ao alvo, exigem que os atletas tenham baixos níveis de ansiedade. Porém, em tarefas que requerem alto nível de esforço, tais como levantamento de pesos, judô, basquetebol, arremessos, os atletas necessitam de um nível de ansiedade mais alto.

Sonstroem (1984) vai um pouco mais longe e diz que além do tipo de prática esportiva a preparação individual do atleta é igualmente um fator importante para determinar o estímulo ótimo, havendo atletas que desempenham melhor sob condições de alta pressão, enquanto outros desempenham improdutivamente.

Stefanello (1990) conclui que as diferenças entre os sexos é casual e a competição é fator gerador de ansiedade, sendo o voleibol uma modalidade que gera uma ansiedade individual variada tendo como fatores a experiência, idade, posição na equipe além dos anos de treinamento.

Assim, os objetivos deste estudo foram verificar a influência da ansiedade-estado sobre as variáveis idade, sexo e modalidades esportivas praticadas pelos atletas.

METODOLOGIA

Este estudo é uma pesquisa descritiva, onde o objetivo foi de analisar o nível de ansiedade-estado dos diferentes atletas frente a uma competição e comparar os níveis médios desta ansiedade dos atletas nos diferentes grupos, sexo, idade e modalidade esportiva. Para Gil (1994) na pesquisa descritiva procura-se conhecer e interpretar a realidade, sem nela interferir para modificá-la. Este tipo de pesquisa procura descobrir e observar fenômenos, tentando descrevê-los, classificá-los e interpretá-los. A amostra foi os atletas dos Jogos Abertos de Santa Catarina, do ano de 1995, realizados na cidade de Rio do Sul. A amostra, selecionada de forma aleatória, foi composta de cento e cinquenta ($n=150$) sujeitos sendo setenta e cinco ($n=75$) de cada sexo, sendo praticantes das modalidades do voleibol, basquetebol, handebol, natação e atletismo.

Para medir o nível de ansiedade-estado foi utilizado o Inventário de Ansiedade Traço-estado desenvolvido por Spielberger et alii (1970) que foi traduzido e adaptado para a população brasileira por Rainho (s/d) e é composto de vinte itens, possuindo uma consistência interna de .83 a .93.

O inventário pede aos sujeitos que indiquem seus sentimentos no momento em que eles o respondem. O inventário consta de dez itens de ativação como (sinto-me nervoso, sinto-me ansioso, estou tenso) e um número igual de itens de desativação (sinto-me calmo, estou descontraído, sinto-me à vontade). A avaliação dos itens é feita indo da escala de 4 (quatro) pontos que representam muitíssimo até 1 (um) ponto que representa absolutamente não. Estes itens devem ser observados

na hora de responder. O escore total dos vinte itens pode variar de um escore baixo de 20 (vinte) pontos e um escore alto de 80 (oitenta) pontos. A fim de classificar os níveis de ansiedade-estado obtidos pelo instrumento de medida, foi utilizado a classificação de acordo o Manual de Aptidões Específicas - Bateria CEPA, traduzido e adaptado à população brasileiro por Rainho (s/d). Para utilizar-se as tabelas de interpretação dos resultados, consideradas universais, é necessário que, anteriormente se faça a conversão dos pontos conseguidos do escore bruto para percentis, e esta conversão é feita de acordo com a tabela específica do Inventário de Spielberger et alii (1970). A classificação da ansiedade-estado, de acordo com os pontos percentis, é feita da seguinte maneira: abaixo de 23 pontos, baixa; de 24 a 40 pontos média baixa, de 42 a 60 pontos média; de 61 a 77 pontos média alta; e acima de 78 pontos alta. A aplicação do instrumento ocorreu antes de cada competição que o atleta participava.

Para respeitar a complexidade deste estudo, os dados coletados foram analisados em termos de médias e desvios-padrão. O teste "t" de Student foi utilizado para verificar-se os efeitos das variáveis independentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados, para melhor compreensão e atendendo os objetivos do estudo, vale lembrar foram o de comparar os níveis de ansiedade-estado pré-competitiva considerando os fatores de idade, sexo e as modalidades esportivas, serão apresentados em forma de itens.

Classificação e comparação dos níveis de ansiedade-estado

Este item constará da classificação obtida pela amostra, além da classificação e comparação dos sujeitos do sexo masculino e feminino.

TABELA 1 - Classificação e comparação dos níveis médios de ansiedade-estado apresentados pelos sujeitos

Ansiedade							
estado	n	X_1	S_1	X_2	S_2	t cal	classificação
Amostra	150	44.21	8.66	56.57	24.25		média alta
Masculino	75	42.90	8.84	49.70	23.77		médio
						-1.70	
Feminino	75	46.02	8.16	66.08	22.42		médio alto

Legenda: n= número de sujeitos; X_1 = escore bruto médio da ansiedade-estado; S_1 = desvio padrão; X_2 = percentil médio da ansiedade-estado; S_2 = desvio padrão; t cal= valor calculado - 1.66 exigido para significância ao nível de .05.

O nível médio de ansiedade-estado, como pode ser visualizado na tabela 1, foi de 44.21 pontos, e este resultado transformado em percentil equívale a 56.57 pontos, indicando que a mostra apresentou antes das competições um ansiedade estado considerada média. Os atletas masculinos do estudo apresentaram um percentil médio de 49.70 pontos, indicando que os mesmos apresentavam uma ansiedade-estado considerada média. Já os atletas do sexo feminino apresentaram um percentil médio de 66.08, indicando que as mesmas apresentaram, em média, antes das respectivas competições, uma ansiedade-estado considerada média-alta. Verifica-

se ainda que em média os atletas masculinos apresentaram um nível de ansiedade-estado significativamente menor que os atletas do sexo feminino, obtendo-se o "t" calculado de -1.70 para um "t" esperado de -1.66.

Estudos mostram que existem diferenças nos resultados entre os grupos experimentais de homens e mulheres (Melo, 1984; Cratty, 1984; Ramos, 1993) como, igualmente, Melo (1984) sugere que o sexo feminino frente a diferentes variáveis apresenta maior índice de ansiedade-estado, que o sexo masculino, confirmando os resultados obtidos por esta amostra.

TABELA 2 - Comparação dos níveis médios de ansiedade-estado entre as idades.

Idades	n	X	S	t cal
Adolescentes	22	49.22	9.55	
				----- 3.31
Adultos	128	42.70	7.74	

Legenda: n= sujeitos; X= média; S= desvio padrão; t cal = t calculado; tcal = 1.66 exigido para significância de .05 e 2.36 para .01.

Observando a tabela 2, pode-se ver que o nível de significância, tanto para .05 e .01, dos atletas adolescentes é significativamente superior ao nível dos adultos. Os resultados obtidos sustentam as afirmações de Melo (1984) e Ramos (1993) de que o adolescente por suas características, torna-se mais

ansioso do que o adulto, pelo fato de estar em um período de transição, período esse onde a proteção dos pais não é mais aceita, e o jovem se depara com a responsabilidade e com o futuro da vida adulta, sendo uma fonte de ansiedade.

TABELA 3 - Comparação entre os níveis médios de ansiedade-estado apresentados pelos atletas de modalidades coletivas e individuais

Modalidades	n	X	S	t cal
Individuais	67	40.25	8.21	
				----- 1.97
Coletivas	83	46.71	7.04	

tcal = 1.66 exigido para significância de nível de .05.

Os resultados dos atletas, como mostra a tabela 3, das modalidades individuais, nesse caso atletismo e natação, apresentaram um nível médio de ansiedade-estado significativamente inferior ao nível dos atletas das modalidades coletivas, nesse caso, voleibol, basquetebol e handebol. Esta significância pode ser ligada ao fato das equipes serem grupos onde a posição dos atletas é importante para gerar mais ou menos ansiedade, como afirma Stefanello (1990). Também, Ramos (1993)

analisando a ansiedade-estado em judocas obteve resultados semelhantes, com o sexo masculino apresentando níveis mais baixos e a média da amostra ficando no nível médio.

Cratty (1984) referindo-se a diferentes modalidades do atletismo sugere que pode haver diferenças significativas entre o nível de ansiedade-estado entre os atletas. As outras variáveis que poderiam interferir no processo ansiógeno dos atletas seriam

as horas de treinamento, como afirma Ramos (1993). Convém lembrar que algumas modalidades possuem mais ou menos exigência a nível de treinador e da própria personalidade do atleta.

Provavelmente, a teoria da hipótese do U Invertido, explique melhor os resultados deste estudo, pelo fato, como afirma Magill (1984), esta teoria prever que a performance aumenta com o aumento da ansiedade-estado (incitação) até um ponto ótimo, após isto, o aumento da ativação resulta em pobres performances. Pode-se supor que os atletas que são titulares da equipe, conseguiram boas classificações, tinham autoconfiança, estavam, antes da competição, em um nível ótimo de ansiedade-estado, e os que eram reservas, não obtiveram bons resultados, e tinham pouco preparação técnica e física, estavam, antes da competição, com o nível de ansiedade-estado muito elevado.

Contudo, para Jones (1995) faltam teorias explicativas do fenômeno já complexo por si só, da ansiedade, para relacioná-lo com a performance, jogam papéis importantes a combinação da ansiedade cognitiva e o fenômeno da expectativa fisiológica.

CONCLUSÕES

Diante dos resultados obtidos e respeitadas as limitações do estudo, além de levar em conta os objetivos do estudo, pode-se obter as seguintes conclusões:

Os atletas da amostra apresentaram um nível de ansiedade estado considerado médio, supondo que é o nível adequado para um desempenho atlético.

Os atletas do sexo masculino apresentaram um nível de ansiedade-estado considerado médio e significativamente mais baixo do que os atletas do sexo feminino, que apresentaram um nível de ansiedade-estado considerado médio alto, levando a supor-se que as questões do sexo são importantes de serem estudadas como variáveis intervenientes.

Os atletas com menos idade apresentaram um nível de ansiedade-estado maior que os atletas adultos, levando a supor-se que ou não se valoriza esta questão ou então a ansiedade não é fator inteiramente explicado na performance dos atletas.

Os atletas das modalidades coletivas (basquetebol, handebol, voleibol) apresentaram um nível de ansiedade-estado significativamente mais elevado que os atletas das modalidades individuais (atletismo, natação) levando a supor-se que a posição junto ao grupo, a posição de reserva ou titular podem ser situações ansiógenas. Enquanto a atuação nas modalidades individuais o resultado depende exclusivamente do indivíduo, e isto eleva o nível de confiança que pode fazer a ansiedade competitiva ser menor, já nas modalidades coletivas os resultados são dependentes da atuação coletiva e intervenientes na geração de níveis maiores ou menores de ansiedade-estado, conforme a autoconfiança de cada um e a atuação e resultados da equipe.

As atividades esportivas podem causar diferentes estados emocionais, influenciando significativamente nos aspectos psíquicos do atleta, fazendo supor que uma preparação adequada é o mais indicado para proporcionar confiança e resultados competitivos positivos. Pode-se afirmar que tem sido feitas pesquisas no sentido de confirmar muitas questões na área da ansiedade e da emoção competitiva, mas muitas questões ficaram por responder, e assim muitos pesquisadores continuarão por muito tempo ocupados em pesquisá-las.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BECKER, B. JR. A preparação psicológica do atleta. *Revista Brasileira de Educação Física e Desportos*. Brasília, MEC, 10 (47), 15-18, 1981.
- COLLETTE, A. *Introdução à psicologia dinâmica*. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1978.
- CRATTY, B.J. *Psicologia no esporte*. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1984.
- GIL, A.C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. São Paulo: Atlas, 1994.
- JONES, G. Competitive anxiety in sport. In Stuart J. H. Biddle (ed) *European perspectives on exercise and sport psychology*. 128-153, 1995.
- LAWTHER, J.D. *Psicologia del deporte y del deportista*. Buenos Aires: Paidós, 1978.
- MAGILL, R.A. *Aprendizagem motora: Conceitos e aplicações*. São Paulo: Edgar Blucher, 1984.
- MARTENS, R. *Sport Competition Anxiety Test*. Illinois: Human Kinetics, 1982.

- MELO, S.L.L. *Ansiedade e desempenho no atletismo*. Santa Maria, 124p. Dissertação Mestrado em Educação Física, Universidade Federal de Santa Maria, 1984.
- MORGAN, C.I. *Introdução à psicologia*. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1978.
- MOSQUERA, J.J.M. *O professor como pessoa*. Porto Alegre: Sulina, 1978.
- MOSQUERA, J.J.M. e STOBBAUS, C. *Psicologia do desporto*. Porto Alegre: Editora da Universidade, UFRGS, 1984.
- NITSCH, J. e SAMULSKI, D. Os efeitos do estresse; Aquisição e aplicação de habilidades motoras. *Revista Brasileira de Educação Física e Desportos*, 10 (48): 52-56, 1981.
- RAMOS, M.N. *A influência da ansiedade-estado sobre os resultados obtidos na competição de judô*. Maringá, 57, Monografia, (Especialização em Educação Física), Universidade Estadual de Maringá, 1993.
- RAINHO, O. *Manual de teste de aptidões específicas-Bateria Cepa*. Rio de Janeiro, Centro Editor de Psicologia Aplicada, s/d.
- ROSAMILHA, N. *Psicologia da ansiedade infantil*. São Paulo: Editora Universidade de São Paulo, 1971.
- SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte*. Belo Horizonte: Editora Universitária, 1995.
- SINGER, R.N. *Motor learning and human performance*. New York: MacMillan, 1975.
- SONSTROEM, R.J. An overview of anxiety in sport. In John M. Silva & Robert S. Weiberg (Eds), *Psychological foundations of sport*. p. 104-117, 1984.
- SPELBERGER, C.D., GORSUCH, R.L. e LUSHENE, R.D. *Inventário de ansiedade traço-estado-IDATE*. Rio de Janeiro, Centro Editor de Psicologia Aplicada, 1979.
- STEFANELLO, J.M.F. *Ansiedade competitiva e os fatores de personalidade de adolescentes que praticam voleibol: um estudo causal - comparativo*. Santa Maria, 241. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade Federal de Santa Maria, 1990.

KEYWORDS: *Anxiety, competition, sports modality.*

ABSTRACT: AGE, SEX AND THE MODALITY OF SPORTS AS FACTORS INFLUENCING THE LEVEL OF PRE COMPETITION STATE ANXIETY

The purpose of the present study was to compare the level of pre-competition state anxiety considering the factors age, sex and modality of sports practiced by the athletes. Many studies (Jones, 1995; Melo, 1984; Ramos, 1993; Sonstroem, 1984; Stefanello, 1990) have shown that athletic performance is related to many factors, the level of anxiety being a main factor in the athlete's performance. The questionnaire applied was the Pre-Competition Anxiety Test (PCAT), based on Martens (1977) and Spielberger et al. (1979). The sample consisted of 150 (N=150) athletes, 75 (N=75) of each sex. The age of the subjects ranged between ten and thirty years. The subjects of the sample were athletes of the modalities: athletics, basketball, handball, swimming, and volleyball and their level of abilities ranged from champions in the respective modality to mere participants without any classification. The results show significant differences with regard to level of state anxiety using age as a parameter. However, the data are insufficient to draw conclusions as to how age is a decisive factor in the level of the athletes' state anxiety, which leads us to suppose that experience and years of practice are important factors, too. On the other hand, sex and modalities of sports studied did not show any significant differences in the level of pre-competition state anxiety. It appears that the level of anxiety is also related to other factors such as personality and the results achieved by the athletes.
