



UNIVERSIDADE DO VALE DO TAQUARI - UNIVATES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU*
DOUTORADO EM AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO

**DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS INFANTIS DO VOLEIBOL
GAÚCHO E AS RELAÇÕES COM A QUALIDADE DE VIDA**

Rodrigo Lara Rother

Lajeado, setembro de 2017

Rodrigo Lara Rother

**DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS INFANTIS DO VOLEIBOL
GAÚCHO E AS RELAÇÕES COM A QUALIDADE DE VIDA**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Desenvolvimento, da Universidade do Vale do Taquari - Univates, como parte da exigência para a obtenção do grau de Doutor em Ambiente e Desenvolvimento, área de concentração, Espaço e Problemas Socioambientais.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Claudete Rempel

Lajeado, setembro de 2017

Rodrigo Lara Rother

DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS INFANTIS DO VOLEIBOL GAÚCHO E AS RELAÇÕES COM A QUALIDADE DE VIDA

A Banca examinadora abaixo aprova a Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Desenvolvimento, da Universidade do Vale do Taquari - UNIVATES, como parte da exigência para a obtenção do grau de Doutor em Ambiente e Desenvolvimento, na área de concentração Espaço e Problemas Socioambientais.

Prof. Dra. Claudete Rempel - Orientadora
Univates, Brasil

Prof. Dra. Luciana Turatti - Examinadora
Univates, Brasil

Prof. Dra. Magali Teresinha Quevedo Grave - Examinadora
Univates, Brasil

Prof. Dr. José Cícero Moraes - Examinador
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

Lajeado, 20 de outubro de 2017.

AGRADECIMENTOS

A jornada chega ao seu final. É hora de agradecer às inúmeras pessoas e instituições que a tornaram possível.

Agradeço, primeiramente, ao Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Desenvolvimento da Univates, pela oportunidade de qualificação profissional que me foi dada. Aos professores do programa, que viabilizaram ótimas discussões em suas aulas sobre a temática que investiguei, mesmo quando não eram comuns as suas áreas de atuação. À Prof. Dra. Claudete Rempel, que soube me conduzir no processo de construção desta tese. Serei eternamente grato pelos ensinamentos.

À Federação Gaúcha de Voleibol, clubes, técnicos, atletas e pais de atletas, que autorizaram a realização e aceitaram participar deste estudo. Espero que os resultados aqui apresentados auxiliem na qualificação ainda maior do trabalho que já é realizado com méritos no voleibol do Rio Grande do Sul.

Às minhas alunas e orientandas, Suélen Silveira Machado da Silva e Bárbara Schinader, pelo auxílio na aplicação dos questionários. Aos meus colegas da Associação Vale do Taquari de Esportes, pelo apoio e disponibilidade para tudo que precisei deles durante este intenso período em que conciliei o doutorado com nossa agenda de trabalho.

Meus agradecimentos também à minha família, principalmente, à minha esposa Nádia, pela compreensão e paciência nas minhas ausências.

Muito obrigado!

RESUMO

A popularidade do voleibol no Brasil possibilita que crianças e adolescentes alimentem o sonho de se tornarem atletas profissionais da modalidade. Mas, por tratar-se de atletas em formação, questiona-se o quanto o treinamento pode interferir na Qualidade de Vida (QV) desses atletas. O presente estudo tem como objetivo relacionar a QV com o desempenho esportivo e a carga de treinamento de atletas pertencentes a equipes de voleibol infantil. Caracterizado como um estudo de abordagem quali-quantitativa, de cunho exploratório e transversal, está inserido na linha de pesquisa, Espaço e Problemas Socioambientais. Participaram 16 técnicos e 169 atletas de voleibol, que disputam o Campeonato Estadual infantil feminino do Rio Grande do Sul. A coleta de dados foi realizada com os técnicos por meio de entrevista semiestruturada e com as atletas através de dois questionários: dados sociodemográficos e esportivos e WHOQOL-bref. Também foi analisado o rendimento das equipes na temporada, conforme ranking da FIVB. Os resultados mostraram que as atletas infantis gaúchas, em média, têm uma carga de treinamento de 9 horas semanais, em 3,4 dias por semana, e competem em 50,3 partidas ao ano. Além dessas horas, 60,3% treinam também em outras equipes ou categorias, totalizando uma média de 10,4 horas semanais. Apresentam uma QV classificada como “Boa”, com os seguintes escores para cada dimensão avaliada: Social, 74,1; Ambiental, 72,4; Física, 70,8; e Psicológica, 67,7. Não houve correlação estatística significativa entre QV e rendimento esportivo ($r_{\text{Pearson}}=0,06$; $p=0,46$), quando considerada a colocação no ranking de competições da temporada. Porém, houve correlação significativa e inversa entre QV e as cargas de treinamento semanais ($r_{\text{Pearson}}= -0,2$; $p=0,01$), com destaque negativo quando os treinamentos são realizados em mais de um local ou em mais de uma categoria ($r_{\text{Pearson}}=0,15$; $p=0,049$). As atletas investigadas percebem a prática do voleibol como benéfica para sua QV, pois propicia realização pessoal. Contudo, algumas citam a rotina de treinamentos e jogos como desgastante e apontam a necessidade de cuidados para não afetar negativamente o rendimento escolar. Quanto à melhora do desempenho esportivo, foram percebidas como associações significativas os anos de prática da atleta ($r=0,16$; $p=0,04$); horas de treinamento, quando realizadas numa mesma equipe ($r=0,18$; $p=0,02$); quantidade de partidas disputadas no ano ($r=0,6$; $p<0,0001$); quantidade de profissionais integrando a CT ($r = 0,54$; $p=0,03$); quantidade de benefícios materiais e financeiros dados às atletas ($r=0,65$; $p=0,006$);

morar em alojamento da equipe ($t=-3,73$; $p=0,0003$); e na mesma cidade da equipe ($t=-2,71$; $p=0,008$). Conclui-se que a QV das atletas infantis gaúchas participantes de equipes vinculadas à Federação Gaúcha é “boa”. Os treinamentos realizados nas equipes evidenciam que contribuíram para sua promoção, não apresentando indícios de horas demasiadas de treinamento. Ainda, houve baixa incidência de lesões, como, também, não houve evidências de especialização precoce ou de frequente desistência ou grande rotatividade das atletas.

Palavras-chave: Esporte; Atletas; Jovens; Saúde.

ABSTRACT

The popularity of volleyball in Brazil allows children and adolescents to feed their dream of becoming professional athletes of the sport. But because it is a question of training athletes, it is questioned how much the training can interfere in the Quality of Life (QL) of the same ones. The present study aims to relate the QL to the athletic performance and training load of athletes belonging to women's volleyball teams, affiliated to the Federation Gaúcha of Volleyball (FGV). It is characterized as a qualitative-quantitative study, with an exploratory and transversal character and is inserted in the line of research of space and socioenvironmental problems. The participants were 16 technicians and 169 volleyball athletes from the 16 teams participating in the Rio Grande do Sul women's State Championship. The data collection was performed with the coaches through a semi-structured interview and with the athletes through the application of two questionnaires: Sociodemographic and sports data and WHOQOL-bref. The performance of the teams in the season was also analyzed, making a ranking according to placing in the official competitions (FIVB). The results showed that, on average, the children's athletes in Rio Grande do Sul have a training load of 9 hours per week in 3,4 days per week and compete in 50,3 matches per year. In addition to these hours, 60,3% also train in other teams or categories, totaling an average of 10,4 hours per week. They present QL classified as "Good", with the following scores for each dimension evaluated: Social 74,1; Environmental 72,4; Physical 70,8; and Psychological 67,7. There was no statistically significant correlation between QL and sports performance (r (Pearson) = 0.06, p = 0.46), when considering the ranking of the season competitions, but there was a significant and negative correlation between QoL and Weekly training (r (Pearson) = -0.2, p = 0.01), with negative emphasis when they are performed in more than one place or in more than one category (r (Pearson) = 0.15; P = 0.049). The athletes reported perceiving the practice of volleyball as being beneficial to their QL and that it offers personal achievements, although some cite the routine of training and games as exhausting and point out the need for care not to adversely affect school performance. As for the improvement of the athletic performance, significant associations were perceived the years of practice of the athlete ($r=0,16$; $p=0,04$), Hours of training, when performed in the same team ($r=0,18$; $p=0,02$), number of games played in the year ($r=0,6$; $p<0,0001$), number of the CT's professionals ($r =$

0,54; $p=0,03$), amount of material and financial benefits given to athletes ($r=0,65$; $p=0,006$), live in staff housing ($t=-3,73$; $p=0,0003$) and in the same team city ($t=-2,71$; $p=0,008$). It was concluded that the QL of the FGV children's athletes participating in teams linked to the Gaucho Federation is "good" and that the training performed in their teams indicates to promote it, without presenting too many hours of training, low incidence of injuries, without evidence of precocious specialization or frequent withdrawal and rotation of athletes.

Keywords: Sport; Athletes; Young; Health.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Caracterização das equipes: desempenho e estrutura para treinamentos e competições.	51
Tabela 2 - Caráter dos treinos, recuperação e lesões, na opinião dos Técnicos.....	53
Tabela 3 - Percentual de presença da CT em treinamentos e competições.....	54
Tabela 4 - Percentual de atletas de acordo com a oferta de benefícios e cobrança de valores para participação nas atividades e eventos da equipe.	55
Tabela 5 - Formação e experiência dos Técnicos no voleibol gaúcho infantil feminino.	57
Tabela 6 - Perfil da atuação profissional dos Técnicos no voleibol infantil feminino gaúcho.	58
Tabela 7 - Perfil sociodemográfico e econômico das atletas infantis do voleibol gaúcho.	59
Tabela 8 - Perfil esportivo das atletas infantis do voleibol gaúcho.....	61
Tabela 9 - Satisfação das atletas quanto ao nível de exigência, tempo de recuperação e rendimento coletivo e individual em treinos e jogos.	63
Tabela 10 - Escores de QV geral e específico por dimensões, por equipe.	65
Tabela 11 - Itens do WHOQOL-bref que receberam as três maiores pontuações.....	65
Tabela 12 - Itens do WHOQOL-bref que receberam as três menores pontuações. ..	66
Tabela 13 - Influência da prática do voleibol na Qualidade de Vida, na percepção das atletas.....	67
Tabela 14 - Correlações entre os escores dos domínios da Qualidade de Vida das atletas e o seu desempenho.	69

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Imagem do Rio Grande do Sul, subdividido nas regiões de Polos Regionais para o Desenvolvimento do Esporte e do Lazer e a distribuição geográfica das equipes infantis femininas federadas.	50
Figura 2 - Ligas Nacionais das modalidades mais populares do Brasil e a distribuição geográfica das equipes participantes.	78
Figura 3 - Superliga feminina de 2014/2015 e a distribuição geográfica das equipes participantes.	79

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Quantidade de dias utilizados para treinamento semanal.	52
Gráfico 2 - Profissionais que compõem a CT das equipes.....	54
Gráfico 3 - Benefícios e materiais disponibilizados às atletas pelas equipes.	55
Gráfico 4 - Níveis de QV das atletas gaúchas da categoria infantil feminina, avaliados nos domínios Físico, Psicológico, Social e Ambiental.	64
Gráfico 5 - Escores de QV e desvio padrão das atletas de acordo com a satisfação com o seu rendimento individual e da equipe.	70
Gráfico 6 - Escores de QV das atletas de acordo com a sua classe socioeconômica.	72

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Quadro sinóptico resumido com a descrição dos artigos seleccionados para a avaliação da relação entre QV e AF.	26
Quadro 2 – Padronização das etapas do TLP.....	35
Quadro 3 – Participantes do estudo e instrumentos utilizados.....	40

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

FGV – Federação Gaúcha de Voleibol
CBV – Confederação Brasileira de Voleibol
FIVB – Federação Internacional de Voleibol
FUNDERGS – Fundação de Esporte e do Lazer do Rio Grande do Sul
E – Equipe
A – Atleta
T – Técnico
CT – Comissão Técnica
TLP – Treinamento de Longo Prazo
OMS – Organização Mundial da Saúde
AF – Atividade Física
QV – Qualidade de Vida
WHOQOL – *World Health Organization Quality of Life*
WHOQOL-bref – versão abreviada de *World Health Organization Quality of Life*
PNUD – Plano das Nações Unidas para o Desenvolvimento
IDH – Índice de Desenvolvimento Humano
IDHM – Índice de Desenvolvimento Humano Municipal
IDHM-R – Índice de Desenvolvimento Humano Municipal/variável Renda
TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
COEP – Comitê de Ética em Pesquisa
SPSS – *Statistical Package for the Social Sciences*
DP – Desvio padrão
LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
MEDLINE – *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*
SCIELO – *Scientific Eletronic Library Online*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	17
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	22
2.1 Qualidade de Vida (QV)	23
2.1.1 Percepções objetivas e subjetivas da QV	24
2.2 QV e atividade física (AF) de adolescentes.....	25
2.2.1 Aspectos que interferem na QV de adolescentes e dimensões de análise	28
2.2.2 AF e QV relacionadas à saúde de adolescentes.....	29
2.2.3 Ações para a promoção da QV de adolescentes	30
2.3 Voleibol e Treinamento de Longo Prazo (TLP) na perspectiva da QV	32
2.3.1 Voleibol.....	32
2.3.2 Plano de TLP nos esportes	34
3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	38
3.1 Tipo de estudo.....	38
3.2 Cenário do estudo	39
3.3 Participantes do estudo	39
3.3.1 Critérios de inclusão e de exclusão	40
3.3.1.1 Atletas.....	40
3.3.1.2 Técnicos	41
3.3.1.3 Equipes	41
3.4 Coleta de dados	41
3.4.1 Coleta de dados com os técnicos responsáveis.....	41
3.4.1.1 Instrumento: Entrevista.....	42

3.4.2 Coleta de dados com as atletas	43
3.4.2.1 Instrumento: Questionário sociodemográfico e esportivo.....	43
3.4.2.2 Instrumento: Questionário WHOQOL-bref.....	44
3.4.3 Classificação do rendimento das equipes	45
3.4.3.1 Instrumento: Ranking FIVB	46
3.5 Análise dos dados	46
3.6 Aspectos éticos do estudo.....	47
4 RESULTADOS	49
4.1 Caracterização dos participantes	49
4.1.1 Contextualização das equipes de voleibol infantil do Rio Grande do Sul.....	49
4.1.2 Perfil sociodemográfico e esportivo das atletas	59
4.2 Níveis de QV apresentados pelas atletas e suas equipes.....	63
4.3 Associações entre escores de QV e variáveis de desempenho e treinamento ...	67
4.3.1 QV e Desempenho.....	68
4.3.2 QV e Treinamento	70
4.3.3 QV e Estrutura da equipe	71
4.3.4 QV e Perfil sociodemográfico e econômico das atletas.....	71
4.4 Correlações e comparações entre desempenho esportivo e variáveis de treinamento	72
4.4.1 Desempenho e Treinamento	73
4.4.2 Desempenho e Estrutura da equipe	73
4.4.3 Desempenho e Perfil sociodemográfico e econômico das atletas	74
5 DISCUSSÃO	76
5.1 Percepção objetiva da QV: estado, regiões e municípios	76
5.2 Percepção objetiva da QV: clubes esportivos	79
5.3 Percepção objetiva da QV: perfil das atletas.....	84
5.4 QV subjetiva: escores gerais e domínios percebidos.....	86
5.5 Treinamento, desempenho esportivo e QV de atletas e equipes	91
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	98
REFERÊNCIAS.....	103

APÊNDICES	113
APÊNDICE A - Entrevista - Questões norteadoras para os Técnicos	114
APÊNDICE B - Questionário do perfil sociodemográfico e esportivo - Atletas	117
APÊNDICE C - Falas das atletas e dos Técnicos.....	119
ANEXOS	123
ANEXO 1 - Questionário	124
ANEXO 2 - Sintaxe para definição dos escores WHOQOL-bref	127
ANEXO 3 - Sistema de ranking FIVB	128
ANEXO 4 - Aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa	129

1 INTRODUÇÃO

O voleibol brasileiro tem se mantido em evidência no cenário esportivo mundial nas últimas décadas, devido a conquistas nas principais competições internacionais existentes. Seja no vôlei de quadra ou no vôlei de praia, são Ligas Mundiais, Circuitos Internacionais, Olimpíadas, Gran Prix, entre várias outras competições conquistadas. Inevitavelmente, o sucesso traz maior exposição na mídia e, conseqüentemente, mais pessoas assistem à modalidade pelos diferentes meios de comunicação. Jogadores são alçados à condição de ídolos e influenciam crianças e adolescentes a despertarem o interesse pela prática do voleibol.

A literatura aponta a modalidade como sendo a segunda mais praticada no Brasil, sendo a primeira entre o público feminino, com crescente aderência de novos praticantes (MEDINA; FENANDES FILHO, 2002; PAIM, 2003; BOJIKIAN et al., 2007). Com o sonho de seguirem os passos dos seus ídolos e de se tornarem atletas profissionais ou chegarem à Seleção Brasileira, os novos praticantes ingressam na modalidade, geralmente buscando entidades, clubes ou escolas que mantêm equipes em treinamentos regulares e participam de competições federadas (BARBANTI, 2000; PLATONOV, 2008; MARTIN et al., 2000; ZAKHAROV; GOMES, 1992; WEINECK, 1996; DANTAS, 1995; BOHME, 2000 e 2007; BOJIKIAN, 2002; BOJIKIAN L.P., 2005).

Nesse sentido, o Rio Grande do Sul segue a mesma tendência nacional. O Estado é conhecido como um dos principais polos formadores de atletas no voleibol brasileiro. Constantemente, atletas gaúchos integram as Seleções Brasileiras de

base e conquistam títulos de destaque internacional, transformando-se em jovens talentos com um futuro promissor (ROTHER, 2015). No entanto, esses talentos, principalmente atletas do gênero feminino, não chegam com frequência ao alto nível da modalidade, ou seja, em equipes adultas que disputam a Superliga ou na Seleção Brasileira Adulta. Param antes de chegar neste nível, o que frustra as expectativas nelas depositadas.

O caminho a ser percorrido desde a iniciação no voleibol até a chegada a uma equipe adulta profissional, quando planejado, é definido pela literatura especializada como plano de Treinamento de Longo Prazo – TLP (BOHME, 2007; DANTAS, 1995). Este plano define as etapas do processo pelo qual um jovem talento deveria passar. Essas etapas consistem na descoberta, formação, seleção e promoção no esporte. Na prática, porém, nem sempre estas etapas são seguidas. Bojikian et al.(2007) consideram a falta de sistematização das ações realizadas no esporte nacional e o não seguimento dos processos indicados na literatura como os principais motivos de perda de talentos que não chegam ao alto nível.

A falta de sistematização do que é proposto como treinamento para jovens atletas abre precedentes não só para treinamentos com cargas e complexidade insuficientes para uma formação qualificada, como, também, para o supertreinamento, que pode causar problemas irreversíveis na carreira esportiva deste atleta em formação (ALVES; COSTA; SAMULSKI, 2006; BECKER Jr., 2002; GUERRERO; LOPEZ, 2003).

Mesmo que as altas cargas de treinamento promovam um incremento no desempenho motor e melhorem a aptidão física e o funcionamento do organismo de uma maneira geral, nem sempre essa melhora equivale ao que é o melhor para a saúde ou para a qualidade de vida do atleta. Muitas vezes, são superados os limites físicos e psicológicos, ocasionando lesões, pressão psicológica, aceleração na recuperação física, entre outras (BARBANTI, 2000). Como exemplo, Júnior, Pastre e Monteiro (2004) citam alterações posturais em atletas que participavam de provas de potência e, por isso, necessitaram de atividades fisioterapêuticas para reequilíbrio do corpo. Já Almeida e Soares (2003) chamaram a atenção para problemas causados

por atletas que não se alimentam de forma adequada por participarem de modalidades em que o peso é determinante para a classificação numa categoria de disputa, como é o caso do judô. Há riscos ainda mais graves quando os envolvidos são adolescentes em período de formação (BOJIKIAN et al., 2007). Costuma-se dizer que, no esporte, nem sempre o melhor resultado corresponde a saúde e a Qualidade de Vida, melhores (WEINBERG; GOULD, 2001).

Ainda assim, estudos como o de Interdonato e Greguol (2010) apresentam resultados em que se verifica um índice de 85% de prevalência superior de Qualidade de Vida (QV) entre pessoas ativas, em relação aos sedentários. Mais especificamente ligados ao esporte, Gáspari e Schwartz (2001) afirmam que adolescentes percebem a relação da prática esportiva com a melhora na QV. Atletas juvenis de diversas modalidades, estudados por Cieslak et al.(2008), obtiveram altos escores de QV. Correia e Tomazoni (2010) perceberam altos índices de QV em atletas de voleibol de alto nível, contrariando os argumentos de que a carga elevada de treinamentos e o estresse competitivo pudessem atribuir menores índices QV para as atletas. Teles e Salve (2004) concluíram em estudos sobre o tênis que, quando são adotados métodos de treinamento adequados, ocorre promoção da saúde e melhora da QV do praticante.

Rittner (2008) define a QV como um processo de busca de vivência plena, de desenvolvimento de potencialidades e evidencia o compromisso de otimização da condição humana em busca do que denomina de ecologia interior. Para o Grupo de Estudos em Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (OMS), QV é a percepção do indivíduo em relação à sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nos quais ele vive, considerando seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (THE WHOQOL GROUP, 1995). Minayo, Hartz e Buss (2000) definem a QV como um híbrido biológico-social, mediado por condições mentais, ambientais e culturais.

Para confirmar a complexidade dos elementos envolvidos na definição do nível da QV de uma pessoa, Fleck et al.(1999 B) apresentaram seis domínios a serem avaliados: o domínio físico, o psicológico, o do nível de independência, o das

relações sociais, o ambiental e o dos aspectos espirituais. Tendo em vista a amplitude do instrumento de avaliação, denominado de WHOQOL-100, foi criada pelo autor uma abreviação, o WHOQOL-bref, que avalia somente quatro domínios: o físico, o psicológico, o das relações sociais e o ambiental.

As conceituações de QV convergem para um sujeito que busca o sentimento de bem-estar dentro da cultura em que vive. Aliado a isso, afirma-se que a prática esportiva traz benefícios para o praticante, incluindo melhoria na QV. Em contrapartida, caso seja exacerbado o viés competitivo em detrimento da obtenção de resultados expressivos dentro da etapa de formação do atleta, muitas vezes, não são seguidos os pressupostos indicados pela literatura e não é garantida aos jovens atletas a obtenção dos benefícios esperados. Esta situação tem gerado questionamentos relativos à existência de relação entre a QV de atletas jovens, a carga de treinamentos que realizam e o desempenho esportivo que apresentam. A inexistência de parâmetros trazidos em investigações com atletas em formação justificam a realização deste estudo, com o qual espera-se trazer mais subsídios para a promoção da QV de jovens atletas e a facilitação da longevidade na sua carreira esportiva.

Desta forma, surge o problema que este estudo se propõe investigar: de que forma a carga de treinamentos e o desempenho esportivo de atletas de equipes de voleibol infantil femininas se relacionam com sua QV? Este questionamento ganha força quando aplicado ao contexto do voleibol feminino de base do Rio Grande do Sul, que, por um lado, é referência na formação de atletas da modalidade, mas, por outro lado, tem dificuldades na confirmação futura dos talentos formados. A hipótese aqui defendida é que atletas de voleibol infantil feminino, pertencentes a equipes filiadas à Federação Gaúcha de Voleibol, apresentam níveis altos de QV, independente do rendimento que apresentam nas competições.

O objetivo principal é identificar o desempenho esportivo, as cargas de treinamento e a QV de atletas pertencentes a equipes de voleibol infantil feminino, filiadas à Federação Gaúcha de Voleibol. Já os objetivos secundários são os seguintes: avaliar a percepção da QV das atletas investigadas quanto aos domínios

físico, social, psicológico e ambiental; quantificar a carga de treinamentos e de competições das equipes de voleibol infantil feminino dos clubes filiados à Federação Gaúcha de Voleibol e participantes das competições oficiais da entidade; classificar o desempenho esportivo destas equipes; analisar a relação entre a carga de treinamentos das atletas, o desempenho esportivo de suas equipes e os domínios físico, social, psicológico e ambiental da QV.

Com a expectativa de atingir estes objetivos, o roteiro desta tese de doutorado apresenta, no segundo capítulo, a fundamentação teórica, com foco nos conceitos, aplicabilidade prática e relações entre QV, saúde, atividade física e treinamento em esportes, mais especificamente, no voleibol, considerando atletas jovens em formação. O capítulo três descreve os procedimentos metodológicos utilizados para a realização da pesquisa, com detalhamento do cenário, participantes, instrumentos, formas de coleta e análise dos dados, bem como, os cuidados éticos adotados. O capítulo quatro apresenta os resultados, dividindo-os nas categorias: contextualização das equipes de voleibol infantil do Rio Grande do Sul; perfil sociodemográfico e esportivo das atletas; níveis de QV apresentados pelas atletas e suas equipes; correlações entre desempenho, cargas de treinamento e QV. O quinto capítulo traz a discussão e o confronto dos resultados com o que a literatura apresenta na atualidade. Ao final, considerações relativas aos novos conhecimentos que os resultados poderão proporcionar, bem como, relativas às limitações e possibilidades futuras de investigação.

Espera-se que as equipes (sejam de clubes, escolas ou associações), a partir das contribuições deste estudo, promovam ações para a QV de suas atletas, controlando a carga de treino e de competições de forma adequada, a fim de prevenir lesões e recuperar-se de grandes esforços, oferecendo estrutura e condições excelentes para o desenvolvimento das futuras jogadoras.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Alguns autores, como Orley, Saxena e Herman (1998), comentam que a medicina e outras disciplinas da área priorizaram o estudo da doença, em vez dos aspectos preventivos ou promotores da saúde. Quando se trata de QV, não é diferente. A literatura traz poucas referências a respeito de investigações que correlacionam QV de atletas jovens em formação ou adolescentes com a prática de atividades esportivas sistemáticas, como o treinamento voltado para a melhora da performance. Já em populações que apresentam algum tipo de problema de saúde, patologia ou outros, a literatura é farta. Através de uma busca em bases científicas por produções que demonstrem a relação entre QV e atividade física, percebe-se que a maioria dos estudos é direcionada a públicos sedentários, obesos, idosos, portadores de doenças crônico-degenerativas ou de necessidades especiais. São raros os estudos com atletas ou pessoas fisicamente ativas.

Estudiosos do Treinamento Esportivo e da Psicologia do Esporte, como Weingerg e Gould (2001), Becker Jr (2002) e Bojikian et al.(2007), apresentam benefícios e riscos das diferentes formas de práticas esportivas para crianças e adolescentes, mas as dimensões analisadas quase sempre são pontuais e unidimensionais, apresentando resultados na perspectiva ou da nutrição, ou da fisioterapia, ou da fisiologia, ou da psicologia ou de outras áreas. Porém, como se vê a seguir, a QV não pode ser observada sob uma única perspectiva. Uma visão interdisciplinar é necessária para a compreensão do objeto aqui estudado.

Desta forma, nesta seção, são apresentados conceitos e definições relativos à QV e à prática de esportes por adolescentes, a partir de uma revisão bibliográfica. Já

a inter-relação entre ambos será apresentada através de uma revisão sistemática de artigos publicados nos anos de 2013 e 2014, disponíveis no agregador de base de dados EBSCO. Ao final, serão apresentadas algumas considerações acerca da especificidade do esporte e do voleibol, quanto à QV dos praticantes.

2.1 Qualidade de Vida (QV)

Os últimos 20 anos foram marcados por muitas discussões sobre conceitos e definições de saúde, no intuito de obter mais clareza e melhores diretrizes para ações na sua promoção. Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde – OMS – definiu o termo como um estado de bem-estar físico, mental e social, e não meramente ausência de doenças (FLECK et al., 1999 A).

A partir desta definição, a saúde ganha um enfoque interdisciplinar e passa a ser objeto de estudo das áreas biológicas, humanas e sociais. Esta interdisciplinaridade faz surgir novos termos que circulam entre essas áreas, como bem-estar, QV, felicidade, estado subjetivo de saúde, entre outros. Em várias situações, estes termos, por não estarem claramente definidos, são tratados equivocadamente como sinônimos.

De modo especial, a definição de QV não é tão simples, nem tão consensual. Fleck et al.(1999 B) ressalta a dificuldade em definir o termo, pelo fato de ser multidimensional, centrar-se numa percepção subjetiva e estar diretamente ligado ao estado de saúde e à capacidade do indivíduo de viver plenamente.

Como exemplos da variedade de definições de QV, citamos Bullinger, Anderson e Cella (1993), que consideram o termo como algo geral, com uma variedade potencial de condições, que podem afetar a percepção do indivíduo, seus sentimentos e comportamentos, relacionados ao seu funcionamento diário, incluindo a, mas não se limitando à sua condição de saúde e intervenções médicas. Já Rittner (2008) define a QV como um processo de busca de vivência plena, de desenvolvimento de potencialidades e evidencia o compromisso de otimização da condição humana em busca do que denomina de ecologia interior.

Para o Grupo de Estudos em Qualidade de Vida da OMS, QV é a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nas quais ele vive, considerando seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (THE WHOQOL GROUP, 1995). Na mesma linha multidimensional, Minayo, Hartz e Buss (2000) compreendem a QV como um híbrido biológico-social, mediado por condições mentais, ambientais e culturais.

Embora não haja um consenso a respeito do conceito de QV, percebe-se que, tampouco, são contraditórios. Fleck et al.(1999 B) concluem, em estudo sobre a validação brasileira de um instrumento para avaliar quantitativamente a QV, que três aspectos fundamentais são comuns à definição de QV, mesmo quando ela ocorre em diferentes culturas: a subjetividade; a multidimensionalidade; e a presença de aspectos positivos e negativos. Vale destacar que na definição de QV adotada pela OMS, essas três características estão contempladas.

2.1.1 Percepções objetivas e subjetivas da QV

As definições de QV apresentadas até o momento não esgotam o tema. Resumidamente, os autores citados reforçam que o significado que cada pessoa dá aos fatos da sua vida, de acordo com suas crenças, sentimentos e a cultura em que vive, são determinantes na percepção de QV.

Segundo Almeida, Gutierrez e Marques (2012), esses significados e autopercepções se configuram como condições subjetivas da QV percebida. Assim, as expectativas, objetivos e sistema de valores de duas pessoas podem ser diferentes. Ou seja, mesmo que vivam num mesmo local, com idênticas condições econômicas, podem ser diferentes as percepções que elas têm da sua QV.

Já Minayo, Hartz e Buss (2000) apresentam uma outra percepção de QV, ligada à garantia e à satisfação das necessidades mais elementares da vida humana, como alimentação, acesso à água potável, habitação, trabalho, saúde e lazer. Essa forma, chamada de percepções objetivas de QV, lida com as possibilidades de consumo e de utilização de bens materiais concretos; por isso,

independe da interpretação do sujeito perante sua própria vida. Essa perspectiva é mais facilmente compreendida, se associada a instrumentos indicadores de desenvolvimento social ou de consumo.

Acerca das percepções objetivas, Almeida, Gutierrez e Marques (2012) dizem serem positivas, pois facilitam a obtenção de dados e a geração de índices relativos à QV das populações, bem como, possibilitam a comparação direta entre elas. Assim, servem para mensurar a melhoria dos serviços proporcionados à população. Porém, os autores criticam a desconsideração deste tipo de dados em relação à percepção individual dos sujeitos e da sua especificidade cultural. Também afirmam que, geralmente, as referências para estes dados têm origem na perspectiva política e na cultura hegemônica, considerando positivo somente o que atende aos seus interesses e generalizando diferentes populações numa mesma condição.

As percepções objetivas e subjetivas não são critérios que servem para classificar diferentes tipos de QV, mas, sim, somam no momento da identificação e da avaliação da QV dos sujeitos, ao perceberem e darem significados às suas condições de vida.

2.2 QV e atividade física (AF) de adolescentes

Para buscar referências acerca das relações entre QV e AF de adolescentes, realizou-se uma revisão bibliográfica sistemática, levantando artigos completos existentes no agregador de bases de dados EBSCO, que atendessem aos seguintes critérios de inclusão: publicados em revistas acadêmicas entre o período de 2012 e 2015, que relacionem QV e AF de adolescentes. A pesquisa foi feita na modalidade “avançada”, utilizando, inicialmente, os termos: “quality of life” AND “athlete” AND “adolescents”. Como não foi encontrado nenhum resultado para esta busca, o termo “athlete” foi substituído por “physical activity”. Nesta busca, foram encontrados 34 artigos, todos datados de 2013 e 2014.

Foram lidos os resumos destas 34 produções, sendo descartadas as que não tratassem diretamente do tema proposto. Desta forma, foram excluídos os artigos

que abordavam os efeitos de tratamentos com uso de equipamentos médicos, softwares, medicamentos ou vacinas; os que usavam como população ou amostra pessoas com doenças crônico-degenerativas, câncer, hemofilia, obesidade crônica ou mórbida, doença celíaca, problemas cerebrais provenientes de doenças ou acidentes, deficiência de hormônio de crescimento, deficiência física e adultos; além disso, foram descartados também os artigos de opinião e discussões sobre ética em pesquisa.

Após avaliação e aplicação dos critérios de exclusão citados, foram selecionados oito artigos para fazerem parte deste estudo. A análise das produções foi realizada, inicialmente, por meio de leitura e construção do quadro sinóptico no qual foram descritas as seguintes variáveis: número, ano, autor, título, revista, desenho, resultados e conclusões. O Quadro 1 apresenta um resumo do quadro sinóptico realizado originalmente. De posse destes dados, foi realizada, posteriormente, a análise de conteúdo por categorização (MINAYO, 2010).

Os oito artigos selecionados que estavam de acordo com os critérios de inclusão estipulados foram lidos, interpretados e discutidos. No Quadro 1, apresentam-se as características destas produções.

Os artigos apresentados no Quadro 1 não são brasileiros; apenas um é da América do Sul. A temática investigada pode ser considerada atual, pois todos os estudos selecionados são recentes. Mesmo buscando a partir de 2012, somente foram encontrados artigos publicados em 2013 (1) e 2014 (7).

Quadro 1 – Quadro sinóptico resumido com a descrição dos artigos selecionados para a avaliação da relação entre QV e AF.

Nº	ANO	AUTORES	TÍTULO ORIGINAL	TÍTULO TRADUZIDO	REVISTA
I	2014	Alberto Grao-Cruces, Alberto Nuviala, Antonio Fernández-Martínez and José A. Pérez-Turpin	Association of physical self-concept with physical activity, life satisfaction and mediterranean diet in adolescents	Associação do autoconceito físico com a atividade física, satisfação com a vida e dieta mediterrânea em adolescentes	Kinesiology
II	2014	Edwards Joany Ossa Gonzales,	Calidad de Vida Relacionada con la	Qualidade de vida relacionada à saúde	Revista Colombiana

Nº	ANO	AUTORES	TÍTULO ORIGINAL	TÍTULO TRADUZIDO	REVISTA
		Elkin Fernando Arango Vélez, Claudia Maria Velásquez Rodriguez, Angélica Maria Muñoz Contreras, Alejandro Estrada Restrepo, Gabriel Bedoya Berrío, Fredy Alonso Patiño Villada, Gloria Maria Agudelo Ochoa	Salud en Un Grupo de Adolescentes de Medellín (Colombia): Asociación con Aspectos Sociodemográficos, Exceso de Peso u Obesidad y Actividad Física	em um grupo de adolescentes de Medellín-COL: Associação com variáveis sociodemográficas, excesso de peso ou obesidade e Atividade Física	de Psicología
III	2014	Meghan M Casey, Jack T Harvey, Amanda Telford, Rochelle M Eime, Amanda Mooney, Warren R Payne	Effectiveness of a school-community linked program on physical activity levels and health-related quality of life for adolescent girls	Eficácia das ações de uma escola pública ligada a programas esportivos sobre os níveis de atividade física e saúde relacionados com a qualidade de vida para meninas adolescentes	BMC Public Health
IV	2014	Ursina Meyer, Christian Schindler, Lukas Zahner, Dominique Ernst, Helge Hebestreit, Willem van Mechelen, Hans-Peter Brunner-La Rocca, Nicole Probst-Hensch, Jardena J. Puder, Susi Kriemler	Long-Term Effect of a School-Based Physical Activity Program (KISS) on Fitness and Adiposity in Children: A Cluster-Randomized Controlled Trial	Efeitos de longo prazo de uma Escola com programa de atividade física (KISS) em Educação Física sobre a adiposidade em crianças: um estudo de controle randomizado	Plos One
V	2014	Fei Xu, Gang Chen, Katherine Stevens, Hai Rong Zhou, Sheng Xiang Qi, Zhi Yong Wang, Xin Hong, Xu Peng Chen, Hua Feng Yang, Chen Chen Wang, Julie Ratcliffe	Measuring and Valuing Health-Related Quality of Life among Children and Adolescents in Mainland China – A Pilot Study	Medição e valorização da saúde e qualidade de vida entre crianças e adolescentes na China Continental – Um Estudo Piloto	Plos One
VI	2014	Laura Nicholls, Andrew J Lewis, Solveig Petersen, Boyd Swinburn, Marj Moodie, Lynne Millar	Parental encouragement of healthy behaviors: adolescent weight status and health-related quality of life	Incentivo dos pais para comportamentos saudáveis: efeitos sobre o peso e a saúde relacionados à qualidade de vida de adolescentes	BMC Public Health
VII	2013	Z. Taghizadeh, M. Shirmohammadia A. Feizi; M. Arbabi	The effect of cognitive behavioural psycho-education	O efeito da psico-educação cognitivo-comportamental na síndrome pré-	Journal of Psychiatric and Mental Health

N°	ANO	AUTORES	TÍTULO ORIGINAL	TÍTULO TRADUZIDO	REVISTA
			on premenstrual syndrome and related symptoms	menstrual e sintomas relacionados	Nursing
VIII	2014	Kirsti Riser, Knut Londa, Yngvar Ommundsen, Milada Cvancarova Smastuen, Nina Misvaer, Solvi Helseth	The Outcomes of a 12-Week Internet Intervention Aimed at Improving Fitness and Health-Related Quality of Life in Overweight Adolescents: The Young & Active Controlled Trial	Os resultados de uma intervenção virtual de 12 semanas que visou melhorar o condicionamento e a Qualidade de Vida Relacionada à Saúde em adolescentes com sobrepeso: o programa The Young & Active Controlled Trial	Plos One

Fonte: elaborado pelo autor (2015)

Ao analisar o conteúdo das publicações, foram identificadas três categorias temáticas: “Aspectos que interferem na QV e suas dimensões de análise”; “AF relacionada à Saúde e QV”; e “Ações para a promoção da QV de adolescentes”.

2.2.1 Aspectos que interferem na QV de adolescentes e suas dimensões de análise

Ao pensar em QV e nos possíveis aspectos que interferem diretamente nos seus níveis, os estudos aqui analisados apresentam uma extensa lista, que confirma a complexidade do tema.

No artigo I, os resultados encontrados revelam que o autoconceito físico percebido, o nível de AF praticado, a intenção de ser fisicamente ativo, o gênero, a satisfação com a vida e a aderência a uma dieta equilibrada são importantes para a obtenção de altos níveis de QV (GRAO-CRUCES et al, 2014). Além destes elementos, nos outros artigos foi citado um somatório de fatores, como o nível de escolaridade dos pais; perfil socioeconômico e demográfico; o Índice de Massa Corporal – IMC; o excesso de peso ou o estado de obesidade dos adolescentes (GONZALES et al., 2014); o aumento das horas disponibilizadas para o sono e a diminuição das destinadas aos estudos em casa (XU et al., 2014); o apoio dos pais

para uma vida ativa (NICHOLLS et al., 2014); o autocontrole emocional (TAGHIZADEH et al., 2013); a organização do tempo para a incorporação de hábitos saudáveis (RISER et al., 2014), como determinantes do nível de QV de adolescentes.

Esta lista de aspectos está em concordância com os estudos da OMS, que utiliza dimensões para análise da QV em seus instrumentos de avaliação. No questionário abreviado de autopercepção de QV, por exemplo, o WHOQOL-bref (ANEXO 1), são utilizadas dimensões físicas, sociais, psicológicas e ambientais, nas quais os fatores apresentados acima podem ser enquadrados.

O domínio físico avalia dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, mobilidade, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação ou tratamentos e capacidade de trabalho; o social avalia as relações pessoais, suporte social e atividade sexual; o psicológico, os sentimentos positivos, o pensar, o aprender, a memória, a concentração, a imagem corporal e a aparência, sentimentos negativos e crenças pessoais; e o ambiental, aspectos ligados à segurança física e à proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e disponibilidade social, oportunidade e habilidades de conseguir novas informações, participação e oportunidade de recreação e lazer, qualidade do ambiente, como poluição, ruído, trânsito e clima, acesso ao transporte (FLECK et al., 2000).

2.2.2 AF e QV relacionadas à saúde de adolescentes

Entre os aspectos citados anteriormente como intervenientes nos níveis de QV, a AF foi ressaltada como fundamental nos oito artigos selecionados para este estudo. Além de interferir positivamente numa melhor QV, a AF é associada a outros benefícios para a saúde e para a formação dos adolescentes investigados.

Grao-Cruces (2014) – artigo I da tabela – demonstrou correlação positiva significativa entre ser fisicamente ativo e ter um melhor autoconceito físico, maior Índice de Massa Corporal – IMC – e adoção de uma dieta saudável em adolescentes espanhóis. Gonzales et al.(2014), ao avaliarem a QV de adolescentes colombianos,

perceberam que as maiores pontuações em todos os domínios foram daqueles que apresentaram maior pontuação nos níveis de AF. Da mesma forma, Xu et al.(2014) encontraram médias maiores de QV em escolares chineses ativos em relação aos não ativos.

Estudos de Meyer et al.(2014) – IV – evidenciaram o aumento nos níveis de QV a longo prazo, a partir da melhora do condicionamento aeróbico e da diminuição do percentual de gordura, benefícios estes advindos da prática sistemática de atividade física. Nicholls et al.(2014) – VI – demonstraram que há relação entre aumento de peso e diminuição na QV, em todos os domínios, entre adolescentes australianos. Já a simples motivação e incentivo para que jovens noruegueses adquirissem o hábito de praticar atividade física foi associada a efeitos benéficos no sistema cardiorrespiratório, na imagem corporal e na QV. Além desses últimos, em adolescentes iranianas, também foi percebido melhor controle sobre os incômodos efeitos da Síndrome Pré-Menstrual (TAGHIZADEH et al., 2013; RISER et al., 2014) – VII e VIII.

Notadamente, a AF extrapola a simples dimensão física da QV, relacionando-se, interferindo e transformando diretamente os domínios sociais, psicológicos e ambientais. Esta importância evidente e os efeitos benéficos percebidos em diversas áreas podem servir de parâmetro para a elaboração de ações que visem à promoção da QV de adolescentes, utilizando a AF como ponto central e peça-chave destas ações.

2.2.3 Ações para a promoção da QV de adolescentes

A importância da promoção da QV pode ser percebida ao verificar que dos oito artigos analisados, cinco tratam de intervenções que buscam esse objetivo. Mesmo sabendo que a AF é um ponto central nestas ações, evidencia-se que, para potencializar os benefícios esperados, algumas considerações devem ser adotadas.

Meyer et al.(2014) – IV – avaliaram uma ação que tornou diárias as aulas de Educação Física Escolar – EFE – em 15 escolas da Suíça. Os alunos foram

divididos em grupos de controle, compostos pelos que tinham três aulas semanais, e por um grupo experimental com aqueles que tinham cinco aulas semanais. A ação proporcionou melhora no condicionamento aeróbico, diminuição da gordura corporal, escore favorável para a prevenção de riscos cardiovasculares e melhora na QV do grupo experimental sobre o controle. Após um ano do final do programa, embora os níveis de QV tenham se mantido em crescimento, os outros benefícios se perderam. Os autores concluíram ser necessária uma intervenção contínua para manter os efeitos benéficos que foram alcançados para a saúde global.

Casey et al.(2014) – III – também avaliaram um programa de AF em EFE, porém este vinculava as aulas com atividades realizadas em clubes esportivos da comunidade. Os participantes foram divididos em grupo de controle, que realizava AF somente na escola, e grupo experimental, que realizava AF na escola e em clubes. Os autores relatam que as intervenções trouxeram melhora na QV dos participantes e mais uma gama de benefícios intra e interpessoais não mensuráveis quantitativamente. Além disso, concluíram que ações que envolvem a família, escola e a comunidade tem propensão a serem mais eficazes.

Os outros três estudos – VI, VII e VIII – experimentaram ações indiretas quanto à AF, analisando efeitos motivacionais, de apoio e educativos sobre a QV. No primeiro, Nicholls et al.(2014) avaliaram o efeito do encorajamento dos pais para hábitos saudáveis dos filhos, sendo a associação positiva. Os autores reconhecem que mais pesquisas são necessárias para validar o efeito significativo desta interação; contudo, os resultados sugerem que o incentivo dos pais é um fator importante no bem-estar do adolescente; por isso, deve ser considerado no desenvolvimento de prevenção e intervenções clínicas para a obesidade.

O segundo, de Taghizadeh et al.(2013), avaliou um programa educacional para adolescentes que sofrem de Síndrome Pré-Menstrual. Esse programa era composto por palestras educativas diversas que incluíam exercícios de relaxamento. Os autores encontraram resultados positivos quanto aos sintomas e à QV das adolescentes e concluíram que a escola é um local adequado para aconselhamento e educação para mudanças no estilo de vida, para a prática de AF, bem como, para

dietas saudáveis, o que contribui para aliviar a referida síndrome.

Já o último estudo, de Riser et al.(2014), avaliou um programa on-line de 12 semanas de informação e de conscientização sobre AF e saúde para adolescentes que estavam acima do peso. A intervenção resultou numa melhora pequena nos índices cardiorrespiratórios e moderada na QV e na imagem corporal. Os autores constataram que os adolescentes que não concluíram o programa alegaram falta de tempo para realizar AF. Já os que concluíram o programa escolheram atividades com baixo nível de exigência, o que desfavoreceu a obtenção de maiores benefícios.

2.3 Voleibol e Treinamento de Longo Prazo (TLP) na perspectiva da QV

2.3.1 Voleibol

Como foi demonstrado nos estudos apresentados, a QV tem significativa melhora a partir da prática de AF, ainda mais, se for realizada de forma sistemática. Entre as AF sistematizadas, o esporte aparece como opção mais popular, uma vez que são promovidos eventos por inúmeras entidades públicas e privadas, como prefeituras, clubes, associações e federações, direcionados para equipes formadas por jovens atletas, que se preparam treinando para estes eventos, sob a orientação de profissionais da área da Educação Física. Algumas vezes, inclusive, assessorados por outros profissionais pertencentes à área da saúde (fisioterapeutas, médicos, nutricionistas, entre outros).

Por ser uma modalidade em evidência no Brasil, o voleibol é uma opção muito procurada pelos jovens como prática esportiva. Os praticantes encontram no voleibol, segundo Gonçalves, Melo e Pereira (2009), uma ocupação positiva do tempo livre, possibilidades de novas relações sociais, adoção de um estilo de vida mais saudável e melhora da sua QV. Freitas e Tubino (2003) reforçam os benefícios trazidos para a saúde e para as relações sociais e ainda acrescentam a melhora da consciência crítica e a preparação do cidadão para o futuro. Os autores acreditam na potencialidade do esporte como ferramenta de inclusão social, de coesão e de

favorecedor da convivência intergrupos, atuando assim na diminuição da violência e da desordem social.

Cunha, Pérez Morales e Samulski (2008) orientam que a prática esportiva regular e continuada pode favorecer a conquista e a manutenção da QV, uma vez que ela pode proporcionar vários benefícios biológicos, como, por exemplo, a melhora da qualidade do sono e a redução dos níveis de hipertensão; psicológicos, que se referem ao bem-estar, redução do nível de estresse e dos sintomas de depressão e ansiedade; benefícios sociais, por favorecer a socialização do atleta.

No caso específico do voleibol, são raros os estudos que investigam o treinamento desta modalidade e sua relação com a QV. Entre os poucos autores que tratam do tema, Simões (2011) investigou a percepção da QV em atletas de voleibol de diferentes categorias e idades e constatou a percepção de um alto nível de satisfação geral entre eles. Para atletas das categorias de base, os aspectos físicos e psicológicos exerceram maior influência na percepção da QV. Embora a autora não tenha encontrado diferença na comparação dos dados coletados no período preparatório do treinamento com os do período competitivo, ela relata haver uma tendência de aumento dos níveis de QV das atletas de base no período competitivo, em virtude da motivação encontrada nas disputas de torneios e jogos decisivos. Com atletas adultos parece ocorrer o contrário, tendo em vista a pressão pela vitória e o aumento do estresse naquele período.

Cunha, Pérez Morales e Samulski (2008) publicaram um artigo sobre as diferenças de percepção de QV em atletas de voleibol masculino e feminino. Em relação aos fatores favorecedores da QV no ambiente de treinamento, as atletas mulheres incidiram mais na "união de grupo" e nos "intervalos adequados de descanso/recuperação". Já no ambiente de jogo, é favorecedor o "bom planejamento/periodização das competições". Em relação a situações que podem prejudicar a QV no treinamento, foram citados: "lesões", "problemas de relacionamento social" e "problemas de saúde". Quanto ao ambiente de competição, são prejudiciais as "lesões", a "falta de preparo físico" e "problemas de saúde". Os autores concluem que, tanto no ambiente de treinamento quanto no de competição,

as mulheres preocupam-se mais com fatores ligados à estrutura organizacional esportiva; já os homens, mais com aspectos biológicos.

Um estudo realizado por Marchi et al.(2010) avaliou os níveis de QV de atletas pertencentes a uma equipe que disputava a Superliga feminina de voleibol do Brasil. Os resultados indicaram que o domínio Social foi o que recebeu maior pontuação. Contudo, o domínio Psicológico é considerado o maior influenciador na percepção do estado físico e da saúde das atletas, sendo o mais interveniente na QV. As atletas investigadas apresentaram ótimo estado de saúde, bem como, relataram satisfação com sua saúde e com a QV que usufruem.

Já em atletas de voleibol de equipes universitárias, que treinavam em média 20 horas semanais, Correia e Tomazoni (2010) não encontraram diferença significativa entre os níveis de QV percebidos entre as atletas e a população normal, tampouco, relação entre QV e a quantidade de horas de treinamento realizadas. Entre as dimensões da QV avaliadas, a Social destacou-se como sendo a que obteve maiores escores de pontuação. Estes autores argumentam nas conclusões que os resultados encontrados contrariam a corrente de pensamento que entende que a carga elevada de treinamento e o estresse competitivo podem atribuir menores índices de QV aos atletas.

2.3.2 Plano de TLP nos esportes

Para que o atleta aproveite todos os benefícios que o esporte pode trazer para a QV e que não seja ignorada nenhuma das etapas fundamentais na sua formação, é importante que o caminho a ser percorrido desde a iniciação até a chegada a uma equipe adulta profissional seja planejado com cuidado. A literatura especializada define como Treinamento de Longo Prazo (TLP), o processo de preparação para o alto nível (BOHME, 2007; DANTAS, 1995). Este plano é composto por etapas, denominadas como descoberta, formação, seleção e promoção, pelas quais o jovem talento deveria passar.

A descoberta, ou “*detecção*” de talentos, refere-se aos canais utilizados para

encontrar um número suficiente de pessoas, normalmente crianças, dispostas e prontas para ingressar num programa de formação esportiva geral básica. A *formação* busca desenvolver as qualidades do talento com profissionais capacitados e métodos pedagógicos de treinamento adequados. *Seleção* são os meios utilizados para determinar quais destes talentos apresentam condições de encaminhamento a níveis mais altos de treinamento e desempenho. Já a *promoção* de talentos esportivos envolve a utilização dos procedimentos de treinamento e demais recursos necessários para elevar o desempenho dos talentos selecionados ao mais alto nível. Segundo Bohme (2007), um alto desempenho se atinge com condições de treinamento adequadas, treinadores capacitados, bem como, com uma situação social favorável nos sistemas familiar, escolar e comunitário, que abrigam o jovem.

Em cada uma das etapas apresentadas, segue-se um modelo de planejamento de prognóstico do TLP que, segundo Montagner e Silva (2003, p.189), apresenta “critérios objetivos e sistemáticos, com margem tolerável de erro”. É realizado por um período que vai de seis a dez anos de duração. Um esboço deste plano pode ser visto no Quadro 2.

Quadro 2 – Padronização das etapas do TLP

ETAPAS	OBJETIVOS	IDADES
1-Formação Básica Geral	-detecção e início da formação; -desenvolver capacidades coordenativas; -melhorar o desempenho esportivo geral; -despertar o interesse por treinos e competições; -conhecer as modalidades esportivas para escolher;	6 a 9 anos
2-Treinamento Específico	-melhorar o desempenho esportivo específico, a longo prazo, dentro de uma modalidade; -aumentar gradativamente o treinamento até o alto nível; -estabilizar a motivação para o desempenho; -criar experiências bem sucedidas em competições de idade e desempenho semelhantes;	10 a 17 anos
Treinamento Básico	-melhorar o estado geral de desempenho; -desenvolver as técnicas específicas de uma modalidade esportiva; -experimentar cada método de treinamento; -despertar motivação para o desempenho no treinamento e na competição;	10-12 anos

	Treinamento de Síntese	-melhorar o desempenho específico da modalidade; -dominar as técnicas mais importantes; -conhecer os métodos de treinamento específicos do esporte; -estabilizar a motivação de desempenho; -disputar de forma bem sucedida competições de nível nacional na sua idade;	13-15 anos
	Treinamento de Transição	-início da seleção e promoção; -melhorar condicionamento; -domínio do repertório das técnicas da modalidade; -tolerar cargas de treinamento exigidas nos diferentes ciclos do planejamento; -disputar de forma bem sucedida competições nacionais e internacionais na sua idade; -alcançar altos desempenhos esportivos;	16-17 anos
	3-Treinamento de Alto Nível	-principal momento da seleção e promoção; -alcançar o alto desempenho individual; -aumentar o volume e a intensidade do treinamento; -variar os métodos e conteúdos específicos; -buscar a perfeição, estabilização e disponibilidade máxima da técnica esportiva; -melhorar/manter o mais alto desempenho pelo maior período de tempo possível.	a partir dos 18 anos

Fonte: Rother e Mejia (2015), adaptado de Bohme (2000) e Dantas (1995).

Embora este modelo teórico tenha sido adotado com sucesso em muitos países que investem no esporte como política pública, no Brasil, em poucos casos segue-se este modelo, o que abre precedentes para possíveis abusos na carga de treinamentos com atletas jovens. A título de exemplo, cita-se um estudo sobre a formação do atleta no voleibol brasileiro, que evidencia uma assistematização e aleatoriedade no processo de TLP, inclusive, com troca na ordem das etapas propostas pela literatura (ROTHER, 2015).

Quando ocorre essa aleatoriedade no processo, faltam parâmetros de referência para os técnicos esportivos decidirem pelos conteúdos do treinamento e pela intensidade das cargas. Mesmo que altas cargas de treinamento promovam um incremento no desempenho motor, melhorem a aptidão física e o funcionamento do organismo de uma maneira geral, nem sempre essa melhora equivale ao que é o melhor para a saúde ou para a QV do atleta. Muitas vezes, são superados os limites físicos e psicológicos, ocasionando lesões, pressão psicológica, aceleração na recuperação física, pouco tempo de recuperação, entre outras nocividades, que comprometem a QV (BARBANTI, 2000; DE ROSE JÚNIOR, 2002; CUNHA; PÉREZ MORALES; SAMULSKI, 2008; DANTAS, 1995). Como exemplo, Júnior, Pastre e

Monteiro (2004) referem terem encontrado alterações posturais em atletas que participavam de provas de potência, necessitando de atividades fisioterápicas para o reequilíbrio do corpo. Já Almeida e Soares (2003) chamaram atenção para problemas causados por atletas que não se alimentam de forma adequada por participarem de modalidades em que o peso é determinante para a classificação numa categoria de disputa, como é o caso do judô. Há riscos ainda mais graves quando os envolvidos são adolescentes, que estão em formação (BOJIKIAN et al., 2007).

Além disso, no contexto sociocultural, os atletas brasileiros enfrentam problemas tais como: desorganização e falta de planejamento da estrutura esportiva; o amadorismo dos clubes; a falta de patrocínio; a carência de complexos esportivos com instalações de boa qualidade; calendários mal elaborados, entre outros, que podem interferir na saúde do atleta e causar queda tanto na QV quanto no desempenho esportivo (ROTHER, 2015).

Desta forma, percebe-se que uma grande parte dos riscos possíveis, mesmo sendo inerentes ao esporte de competição, dependem das exigências de cada modalidade, da ética de dirigentes e atletas e de fatores culturais (DANTAS, 1995). Se os fatores sobre os quais se pode ter domínio forem controlados, seja pela aquisição de conhecimento, seja pelo uso de bom senso, podem ser evitadas muitas consequências negativas que interferem na QV dos jovens atletas em formação.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Tipo de estudo

Para atingir os objetivos desta investigação, foi utilizada uma abordagem do tipo qualiquantitativa, também definida como mista por Thomas, Nelson e Silverman (2012). Para os autores, a combinação dos dois métodos de forma complementar, além de solucionar problemas de pesquisa, aprofundam e avançam a investigação.

Esta pesquisa também pode ser classificada como exploratória de acordo com o seu objetivo; e como transversal, considerando a característica da coleta de dados. A pesquisa exploratória permite uma maior familiarização e melhor compreensão do problema a ser investigado. A literatura cita este tipo de pesquisa como aquela que revisa a literatura e entrevista pessoas que viveram experiências práticas com o problema investigado, utilizando como instrumentos questionários e escalas padronizadas, que possibilitam formular sugestões para a melhoria do quadro encontrado (TRIVIÑOS, 1987; LEOPARDI, 2002; GIL, 2008).

A coleta de dados foi realizada de forma transversal, ou seja, fazendo um recorte momentâneo do fenômeno investigado. Caracteriza-se como delineamento adequado para descrever relações que estão ocorrendo entre as variáveis num dado período de tempo. O estudo transversal analisa características, atitudes, comportamentos e intenções de um grupo de pessoas, exigindo que elas respondam perguntas, através de entrevistas ou de questionários autoaplicáveis (POLIT; BECK; HUNGLER, 2004).

3.2 Cenário do estudo

A Federação Gaúcha de Voleibol (FGV) é a entidade oficial que rege as atividades da modalidade voleibol no Rio Grande do Sul, representando no estado a Confederação Brasileira de Voleibol (CBV), órgão máximo do segmento no país. Tem como missão desenvolver, difundir e incentivar a prática do voleibol em todos os níveis da sociedade gaúcha, através da organização e da realização de campeonatos, torneios e competições, junto aos seus filiados e à comunidade esportiva (FEDERAÇÃO GAÚCHA DE VOLEIBOL, 2015, texto digital).

Contando com 171 entidades filiadas, mas com apenas 19 atualmente em atividade, a FGV promove e realiza diretamente as competições estaduais para equipes compostas por atletas de diferentes idades, divididas em seis categorias: Minivôlei (até 11 anos); Mirim (até 13 anos); Infantil (até 15 anos); Infantojuvenil (até 17 anos); Juvenil (até 19 anos); Adulto (livre).

O Campeonato Estadual das categorias de base, evento mais importante da FGV, é realizado em três etapas classificatórias e uma etapa final, sempre durante o segundo semestre do ano. Durante todo o ano, as equipes participantes realizam treinamentos regulares e disputam outras competições preparatórias promovidas pela FGV, como é o caso da Copa Cláudio Braga e da Copa Rio Grande do Sul, ou canceladas por ela, como é o caso do Festival Mercosul e do Festival Internacional Cidade de Estrela. Os treinamentos das equipes em preparação para estas competições variam em quantidade e qualidade, de acordo com a realidade local de cada equipe participante.

3.3 Participantes do estudo

Este estudo foi desenvolvido com atletas que integraram as equipes da categoria infantil feminina que disputaram os campeonatos oficiais da FGV, no ano de 2016. Inicialmente, foram cadastradas 19 equipes, com 285 atletas. Após a

aplicação dos critérios de exclusão, que retiraram da amostra as equipes 8, 16 e 17, restaram 16 equipes e 169 atletas. Também participaram do estudo, os técnicos responsáveis pelas referidas equipes, conforme apresentado no Quadro 3 e descrito com mais detalhes a seguir.

Quadro 3 – Participantes do estudo e instrumentos utilizados.

Instrumentos e Participantes	Atletas	Técnicos	Equipes
WHOQOL-bref	169		
Questionário sociodemográfico e esportivo	169		
Entrevistas		16	
Ranking FIVB			16

Fonte: o autor (2015).

As 16 equipes participantes das competições da Federação Gaúcha de Voleibol em 2016 que contemplaram os critérios de inclusão após a aplicação dos critérios de exclusão representaram 13 municípios gaúchos: Grêmio Náutico União e Sociedade Ginástica Porto Alegre – SOGIPA (Porto Alegre); Colégio Frederico Jorge Logemann (Horizontina); Projeto Vôlei (Nova Petrópolis); Colégio Sinodal (São Leopoldo); Reni Esportes (Garibaldi); Notre Dame/Sacada Inteligente (Passo Fundo); Colégio Alberto Torres (Lajeado); Bento Vôlei (Bento Gonçalves); Clube Recreio da Juventude e Associação Pais e Amigos dos Atletas do Vôlei - APAAVôlei (Caxias do Sul); Sociedade Ginástica Novo Hamburgo – SGNH (Novo Hamburgo); AERC Juventus (Teutônia); Colégio Martin Luther e Associação Vale do Taquari de Esportes – AVATES (Estrela); Associação Vôlei Futuro – AVF (Santa Maria).

3.3.1 Critérios de inclusão e de exclusão

3.3.1.1 Atletas

Os critérios de inclusão das atletas participantes deste estudo foram: ter

registro na FGV; disputar o Campeonato Estadual por alguma entidade filiada à FGV; estar na categoria infantil feminina; fazer parte da sua equipe atual a pelo menos seis meses. Os critérios de exclusão adotados foram: não treinar regularmente com a equipe; estar em situação de “empréstimo” por outro clube para a disputa do Campeonato Estadual; ser de categoria/idade inferior a infantil mesmo que participando das competições nesta categoria; não ter sua participação autorizada por um de seus responsáveis ou não ter devolvido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE.

3.3.1.2 Técnicos

Foram incluídos os técnicos registrados na FGV que dirigiram uma equipe na disputa do Campeonato Estadual da categoria infantil feminina e que exerceram a função no clube por mais de seis meses. Como critérios de exclusão foram usados os seguintes: não aceitar participar do estudo; não ter tempo para participar; não devolver os instrumentos de coleta de dados em tempo hábil para o pesquisador.

3.3.1.3 Equipes

As equipes incluídas no estudo foram as que participaram do Campeonato Estadual da FGV, da categoria infantil feminina, em 2016. Foram excluídas as equipes que participaram apenas de alguma competição preparatória ou cancelada pela FGV, mas que não disputou o Campeonato Estadual.

3.4 Coleta de dados

3.4.1 Coleta de dados com os técnicos responsáveis

Para fazerem parte do estudo, foram convidados os técnicos de todas as equipes inscritas na disputa do Campeonato Estadual da categoria infantil feminina.

O convite foi realizado pessoalmente pelo pesquisador, na Assembleia Geral da FGV, em Porto Alegre, ocorrida no dia 21 de março 2016, ocasião em que se reuniram todos os representantes das equipes participantes do Campeonato Estadual do respectivo ano. Naquele momento, foi passada uma lista para coletar os contatos dos técnicos para posterior agendamento da entrevista.

A coleta de dados teve início em agosto de 2016, com os técnicos responsáveis pelas equipes. Cada técnico foi entrevistado individualmente e em local reservado, considerando a preferência e a possibilidade de cada profissional. As entrevistas foram realizadas pelo próprio pesquisador, transcritas no roteiro de perguntas norteadoras (APÊNDICE A). O tempo da entrevista foi de aproximadamente 30 minutos.

3.4.1.1 Instrumento: Entrevista

A técnica aplicada para a coleta das informações foi uma entrevista do tipo estruturada. Esta técnica é uma estratégia muito utilizada na pesquisa de campo, por possibilitar a aproximação dos fatos ocorridos na perspectiva dos atores inseridos no fenômeno analisado. É realizada por iniciativa do entrevistador, com o intuito de construir informações relevantes para um objeto de pesquisa. Pode-se dizer que é uma conversa a dois, ou entre vários interlocutores (MINAYO, 2010). Ao aplicar a técnica da entrevista no formato estruturado, o investigador usa uma lista de questões ou tópicos a serem preenchidos ou respondidos, que servem como guia (MATTOS; LINCOLN, 2005). Junto as questões estruturadas, foi elaborada uma questão aberta, a respeito da QV no treinamento na percepção dos técnicos, a qual eles mesmos redigiram suas respostas.

As questões norteadoras da entrevista com os técnicos trataram do perfil profissional; da quantificação das competições disputadas no ano; de dias e finais de semana destinados às competições; de cargas de treinamento semanal e seus conteúdos (físico, técnico e tático); da estrutura física, recursos materiais e humanos disponíveis para acompanhamento na preparação e nas competições das atletas; do

relacionamento dos responsáveis da equipe com os pais e com a escola; entre outros.

3.4.2 Coleta de dados com as atletas

Após a entrevista com os técnicos, também a partir de agosto de 2016, ocorreu a coleta de dados com as atletas. Foram convidadas a participar do estudo todas as que estiveram defendendo a equipe no Campeonato Estadual infantil feminino.

O convite para participação das atletas foi feito pessoalmente pelo pesquisador para toda a equipe, em momento previamente agendado com o técnico, considerado por ele como sendo o mais pertinente para não interferir nas atividades da equipe, no caso, treinamentos e competições. Estes momentos ocorreram em intervalos em locais de treinamento e jogos, nos alojamentos durante eventos nos quais a equipe participou, nos municípios de origem das equipes e durante viagens.

A coleta de dados com as atletas foi composta pela aplicação de dois instrumentos, o WHOQOL-bref (ANEXO 1) e o Questionário do perfil sociodemográfico e esportivo (APÊNDICE B), aplicados nesta ordem. O pesquisador explicou o preenchimento dos instrumentos para toda a equipe, distribuiu os questionários às atletas e aguardou o término do preenchimento, ficando à disposição para esclarecer dúvidas que surgissem no decorrer do preenchimento. Ao final, os documentos foram recolhidos pelo próprio pesquisador.

3.4.2.1 Instrumento: Questionário sociodemográfico e esportivo

O questionário sociodemográfico e esportivo (APÊNDICE B), elaborado pelo pesquisador, contém elementos das duas variáveis citadas. As sociodemográficas são as que caracterizam a vida dos participantes em suas diferentes condições sociais, entre elas, a idade, a escolaridade, a condição econômica familiar, entre outras. Já as variáveis esportivas são as que caracterizam as atividades

especificamente ligadas ao voleibol/treinamento, que tenham possíveis implicações com a QV, como, por exemplo, o tempo de ingresso no voleibol, a utilização do tempo semanal para treinos e outras atribuições, conteúdos das práticas realizadas (treinamento físico, técnico, tático), intervalos de descanso e o nível de satisfação com o próprio rendimento esportivo, entre outras.

3.4.2.2 Instrumento: Questionário WHOQOL-bref

O instrumento aplicado para avaliar a percepção de QV das atletas foi o WHOQOL-bref (ANEXO 1), um instrumento abreviado do WHOQOL-100. Inicialmente elaborado pelo Grupo de Estudos em Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - OMS, o instrumento foi validado nacionalmente pelo Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, em 1998, coordenado pelo Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck (FLECK, 1998).

O WHOQOL-bref é um questionário simples, com linguagem de fácil compreensão e autoaplicável. Possui uma escala para medir a QV numa perspectiva transcultural, considerando como características essenciais o caráter subjetivo da QV (contemplando fatores positivos e negativos) e sua natureza multidimensional. É formado por 26 questões que abordam a percepção dos sujeitos em relação aos seus valores, no seu contexto, na sua cultura. Fleck et al.(2000) explicam que o instrumento avalia como o sujeito se sente em relação à sua QV, tendo em vista seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Apresenta cinco alternativas para cada uma das situações nas quais o sujeito se autoavalia. Estas alternativas vão desde “nunca” a “sempre”, “nada” ao “completamente”, “muito insatisfeito” a “muito satisfeito” e assim sucessivamente.

O instrumento identifica a percepção de QV e a categoriza em quatro domínios: físico, social, psicológico e ambiental. O domínio físico avalia questões sobre dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, mobilidade, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação ou tratamentos e capacidade de trabalho.

O domínio social avalia as relações pessoais, o suporte social e a atividade sexual. O domínio psicológico avalia os sentimentos positivos, o pensar, o aprender, a memória, a concentração, a imagem corporal e a aparência, os sentimentos negativos e crenças pessoais. O domínio ambiental avalia aspectos ligados à segurança física e à proteção, ao ambiente no lar, a recursos financeiros, a cuidados de saúde e disponibilidade social, à oportunidade de conseguir novas informações e habilidades, à participação e oportunidades de recreação e lazer, à qualidade do ambiente físico (poluição, ruído, trânsito e clima) e ao transporte (FLECK et al., 2000).

Como as questões do WHOQOL-bref são direcionadas a pessoas adultas e sendo adolescentes os sujeitos investigados neste estudo, o pesquisador considerou que duas questões especificamente direcionadas ao primeiro público necessitavam de adaptações. Por considerar que os adolescentes não exercem atividades profissionais, a primeira questão, de número 18, relacionada ao domínio físico, “Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?” foi modificada para “Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para treinar?”. Considerando que muitas participantes do estudo ainda não tenham iniciado a vida sexual ou ela não esteja ativa, o que inviabilizaria a possibilidade de resposta, a questão de número 21, relacionada ao domínio social, “Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?” foi modificada para “Quão satisfeito(a) você está com sua vida afetiva?”.

3.4.3 Classificação do rendimento das equipes

Foi elaborado um ranking para classificar o rendimento das equipes participantes deste estudo. Para tanto, foram consideradas as competições que fazem parte do circuito oficial de eventos promovidos e cancelados pela Federação Gaúcha de Voleibol, no ano de 2016. Este circuito contempla o Torneio Início, a Copa Rio Grande do Sul, o Campeonato Estadual, o Festival Mercosul e o Festival Internacional Cidade de Estrela.

Para ranquear as equipes, foi utilizado o sistema de ranking da Federação Internacional de Voleibol (FIVB) para os campeonatos internacionais de categorias de base. Ou seja, a colocação obtida pela equipe representa pontos que, somados, determinam as equipes de melhor rendimento no ano (FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE VOLLEYBALL, 2015, texto digital).

3.4.3.1 Instrumento: Ranking FIVB

O sistema de Ranking FIVB é adotado para competições internacionais de categorias de base, realizadas pela organização (ANEXO 3).

A entidade confere pontos decrescentes do primeiro ao último colocado, sendo 100 para o campeão das principais competições (as de maior importância – Campeonatos Mundiais) e 30 para as competições preparatórias (de menor importância – Campeonatos Continentais). Neste estudo, considerou-se como as de maior importância, o Campeonato Estadual (principal competição da FGV), o Festival Mercosul e o Festival Internacional Cidade de Estrela (que conta com a participação de equipes de fora do estado, que apresentam um nível técnico mais elevado que as competições locais). Como competições de menor importância, foram considerados o Torneio Início e a Copa Rio Grande do Sul (competições oficiais da FGV consideradas como preparatórias para o Campeonato Estadual, com modelos alternativos de formato).

3.5 Análise dos dados

As falas dos técnicos entrevistados foram submetidas à análise de conteúdo, conforme indicado por Minayo (2010). A autora postula identificar os sentidos e as informações fornecidas a fim de categorizá-las na perspectiva de um determinado significado do objeto em análise.

Já os dados do questionário WHOQOL-Bref utilizados com as atletas foram analisados conforme sintaxe prevista pelo grupo de estudos que realizou a tradução

do documento (ANEXO 2) e tabuladas com base nos domínios físico, social, psicológico e ambiental. Para a compreensão da QV das atletas, foi utilizada a escala proposta por Padrão (2008), que divide os resultados em cinco classes de igual tamanho: muito ruim (0-20); ruim (21-40); nem ruim nem boa (41-60); boa (61-80); muito boa (80-100).

Os resultados do questionário do perfil sociodemográfico e esportivo foram tabulados numa planilha Excel, junto com os resultados do WHOQOL-Bref e do Ranking de classificação do rendimento das equipes. Posteriormente, estes dados foram submetidos à análise estatística descritiva e inferencial, utilizando o *software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS*, versão 21.0. As variáveis quantitativas foram descritas através de média (desvio padrão) e as variáveis qualitativas através de frequência absoluta e relativa. Os resultados são apresentados em tabelas e gráficos no capítulo a seguir.

Na estatística inferencial, foi realizada a ANOVA (com teste *pos-hoc* de *Tukey*) para fazer a comparação de médias entre grupos de variáveis paramétricas e de *Kruskal-Wallis*, para as variáveis não paramétricas. A correlação de *Pearson* e a correlação de *Spearman* foram utilizadas para comparar a associação entre variáveis analisadas (cargas de treinamento e ranking de performance) e os escores de QV. O nível de significância adotado foi de 5%, sendo considerados significativos valores de $p \leq 0,05$.

3.6 Aspectos éticos do estudo

Para respeitar os aspectos éticos definidos pelas diretrizes e normas reguladoras de pesquisas envolvendo seres humanos, obedeceu-se à Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde. Desta forma, este projeto de pesquisa teve anuência da Federação Gaúcha e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Univates (COEP) sob parecer número 1.379.815 (ANEXO 4).

Todos os técnicos e atletas convidados a fazer parte deste estudo receberam

um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em duas vias, uma para o participante e outra para o pesquisador. Através do referido termo, o participante tomou conhecimento do objetivo e da metodologia da pesquisa, do sigilo da sua identidade, da autonomia para retirar-se da pesquisa a qualquer momento sem ocasionar nenhum tipo de prejuízo à sua pessoa.

Quanto ao sigilo das informações concedidas, os técnicos estão identificados neste estudo como “T”, suas equipes como “E” e as atletas como “A”. Cada participante recebeu, na sua categoria, uma numeração de acordo com a ordem da coleta. Assim fica garantido o anonimato das pessoas e entidades que participaram da pesquisa, caso os resultados do estudo sejam apresentados em eventos ou publicados em revistas.

Todos os dados e informações coletadas (questionários e demais documentos) ficarão sob a guarda do pesquisador responsável para realização das análises. Ao final do estudo, esses dados ficarão arquivados por cinco anos e destruídos ao final deste período.

Os participantes foram informados que não estariam expostos a risco. Apenas cederiam um tempo de aproximadamente 30 minutos para a coleta das informações. Para isso, foi combinado antecipadamente com o técnico o melhor momento para fazer a coleta. Para os participantes, os benefícios da pesquisa serão indiretos. Os resultados desta pesquisa poderão subsidiar a qualificação do trabalho realizado com o voleibol de base gaúcho do qual fazem parte, bem como, trazer possíveis melhorias na QV e na sua relação com os treinamentos e competições que os participantes integram.

O pesquisador foi responsável por todos os custos da pesquisa. Firmou o compromisso de utilizar os materiais e dados coletados somente para os fins previstos no protocolo, bem como, publicar os resultados. Salienta-se que não houve conflitos de interesses entre o pesquisador e os participantes da pesquisa.

4 RESULTADOS

A apresentação dos resultados inicia-se com a caracterização das equipes participantes do Campeonato Estadual da categoria infantil feminina, seu desempenho no ranking, sua estrutura de trabalho, cargas de treinamento e profissionais envolvidos. A compreensão do contexto esportivo onde as atletas se inserem se faz necessária em função do potencial de influência que o contexto pode exercer no domínio ambiental. Em seguida, apresenta-se o perfil sociodemográfico e esportivo das atletas que fazem parte destas equipes e os níveis de QV que apresentam, considerando os domínios físico, psicológico, social e ambiental. Após a apresentação destes dados, estabelecem-se algumas associações e correlações entre os dados, em busca de compreensão para a discussão dos resultados.

4.1 Caracterização dos participantes

A caracterização dos participantes do estudo é apresentada nas subseções: contextualização das equipes de voleibol infantil do Rio Grande do Sul e perfil sociodemográfico e esportivo das atletas.

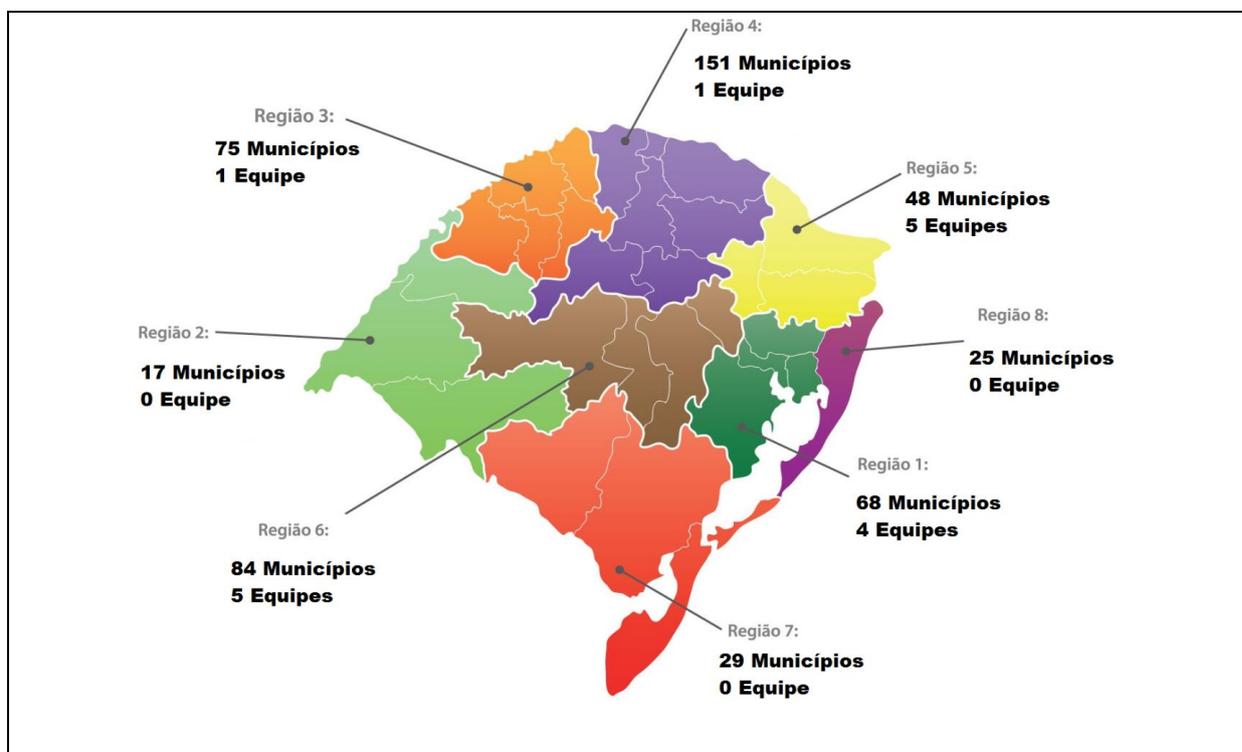
4.1.1 Contextualização das equipes de voleibol infantil do Rio Grande do Sul

Fizeram parte do estudo 16 equipes da categoria infantil feminina que disputaram o Campeonato Estadual de voleibol do Rio Grande do Sul, em 2016. Essas 16 equipes representam 13 diferentes municípios gaúchos e comportaram os

16 técnicos que fazem parte das Comissões Técnicas (CT's) das equipes.

As equipes que disputaram as competições utilizaram as seguintes nomenclaturas e são provenientes das seguintes localidades: Grêmio Náutico União e SOGIPA (Porto Alegre); Voleibol Solidário/CFJL/COMDICA/Pref. Horizontina (Horizontina); Vôlei Nova Petrópolis (Nova Petrópolis); Colégio Sinodal (São Leopoldo); Escolinha Garibaldi (Garibaldi); Notre Dame/Sacada Inteligente (Passo Fundo); CEAT/Bira (Lajeado); Bento Vôlei (Bento Gonçalves); Recreio da Juventude e UCS/APAAVôlei/Pref. Caxias do Sul (Caxias do Sul); Ginástica/IENH/Voleisul (Novo Hamburgo); Juventus Teutônia (Teutônia); Languiru/Martin Luther e AVATES (Estrela); e AVF/Construtora Jobim/Noroeste (Santa Maria). Na Figura 1, é apresentada a imagem com a distribuição das equipes pelos municípios e regiões chamadas de Polos Regionais para o Desenvolvimento do Esporte e do Lazer do Rio Grande do Sul (FUNDERGS, 2017).

Figura 1 - Imagem do Rio Grande do Sul, subdividido nas regiões de Polos Regionais para o Desenvolvimento do Esporte e do Lazer e a distribuição geográfica das equipes infantis femininas federadas.



Fonte: adaptado de FUNDERGS (2017).

Considerando a distribuição das equipes pelo território gaúcho, a Figura 1 ilustra as Regiões 5 (Serra – n5); 6 (Central – n5); 1 (Metropolitana – n4), como as que concentram 87,5% das participantes. As Regiões 3 (Noroeste – n1) e 4 (Norte – n1) contam com apenas um representante cada. Já as Regiões 2 (Fronteira), 7 (Sul) e 8 (Litoral) não tem nenhuma equipe que as represente nas disputas das competições da FGV.

Tabela 1 - Caracterização das equipes: desempenho e estrutura para treinamentos e competições.

Código equipes particip.	Ranking anual classific.	Pontos ranking anual	Número atletas particip.	Dias/sem. treino disponib.	H/sem. treino equipe	H/sem. téc/tát disponib.	H/sem. físico disponib.	Nº compet. no ano	Nº jogos no ano	Qtd profis. CT
E1	1º	356	11	5	13	10	3	10	90	7
E2	6º	130	12	4	8	7	1	10	80	7
E3	13º	21	6	3	9	7	2	7	45	3
E4	8º	108	8	3	8	5	3	7	35	2
E5	5º	137	9	3	6	6	0	5	25	1
E6	4º	149	11	3	9	6	3	8	85	7
E7	2º	192	13	4	6	5	1	6	55	2
E9	3º	168	14	4	9	6	3	6	50	3
E10	10º	56	11	4	11	8	3	8	60	3
E11	7º	115	12	3	10	8	2	6	40	2
E12	9º	99	10	3	10,5	6	4,5	5	60	5
E13	12º	46	14	4	10	8	2	6	60	1
E14	15º	16	7	3	6	4,5	1,5	5	40	1
E15	11º	55	13	4	12	8	4	5	45	2
E18	14º	20	11	3	10	6	4	5	15	2
E19	16º	13	7	2	6	4	2	3	20	3
Média	---	---	10,6	3,4	9	6,5	2,4	6,4	50,3	3,2
DP	---	---	2,53	0,73	2,19	1,58	1,22	1,89	22,02	2,13

Fonte: dados da pesquisa (2017).

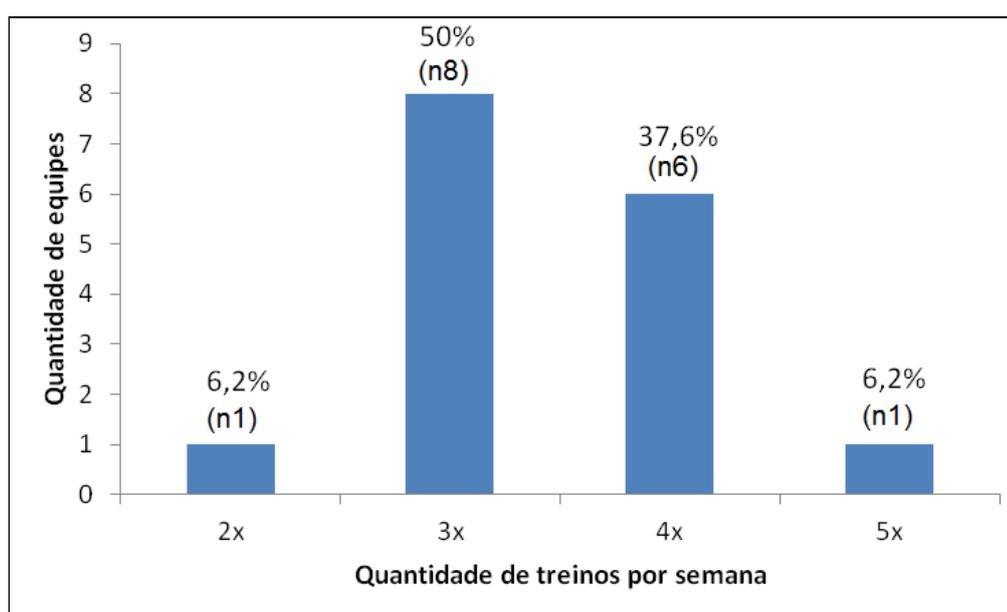
Cada equipe recebeu um código em ordem aleatória, como pode ser observado na Tabela 1. Esses códigos serão utilizados a partir de agora para manter o sigilo na identificação das equipes que, durante o ano de 2016, receberam pontuação, bem como, as colocações em cada competição oficial realizada no Estado. A partir destas pontuações, foi elaborado o ranking, que ilustra o desempenho das equipes na temporada. Segundo a Tabela 1, no voleibol gaúcho, em 2016, a equipe E1 atingiu o desempenho dominante no ano, com 356 pontos,

conquistando assim o primeiro lugar no ranking, com uma grande diferença para a segunda colocada, E7, que obteve 192 pontos. Observa-se, ainda, no ranking das pontuações, em que se destaca o primeiro colocado (356), que do segundo ao oitavo (192 a 108), como, também, do nono ao décimo sexto colocado (99 a 13), as pontuações estão mais próximas.

Cada equipe disputou as competições oficiais ou canceladas pela FGV computando uma média de 10,6 (dp 2,53) atletas nascidas em 2001 e 2002, ou seja, nascidas nos anos regulamentados para a categoria. Mesmo podendo inscrever até 14 atletas por partida, apenas E9 e E13 não necessitaram de atletas de categorias inferiores (menores idades) para completarem suas equipes.

As equipes realizam treinamentos, em média, 3,4 vezes (dp 0,73) por semana. A distribuição dos treinamentos semanais está demonstrada no Gráfico 1. Nota-se que 50% das equipes treinam três vezes na semana e 37,6% quatro vezes. Quanto à carga horária, a média é 9 horas (dp 2,19) de treinamento semanal. Segundo informações dos técnicos, esta carga horária é dividida entre aperfeiçoamento técnico e tático (média 6,53 e dp 1,58) e aprimoramento da condição física (média 2,44 e dp 1,22).

Gráfico 1 - Quantidade de dias utilizados para treinamento semanal.



Fonte: dados da pesquisa (2017).

Ainda, em relação aos treinamentos, a Tabela 2 apresenta dados que permitem inferir que 81,3% dos técnicos os consideram com um grau médio de exigência; da mesma forma, 68,7% afirmam proporcionar um tempo médio para a recuperação dos atletas após as exigências diárias. Acerca da ocorrência de lesões e da rotatividade de atletas na equipe (que abandonam o voleibol ou deixam a equipe em busca de outra), 93,7% dos Técnicos informam que as duas situações ocorrem poucas vezes numa temporada.

Tabela 2 - Caráter dos treinos, recuperação e lesões, na opinião dos Técnicos.

Itens	Nada (%)	Pouco (%)	Médio (%)	Muito (%)	Extrema (%)
Exigência dos treinos	0,0	6,3	81,2	12,5	0,0
Tempo recuperação	0,0	0,0	68,7	25,0	6,3
Ocorrência de lesões	0,0	93,7	6,3	0,0	0,0
Rotatividade de atletas	0,0	93,7	6,3	0,0	0,0

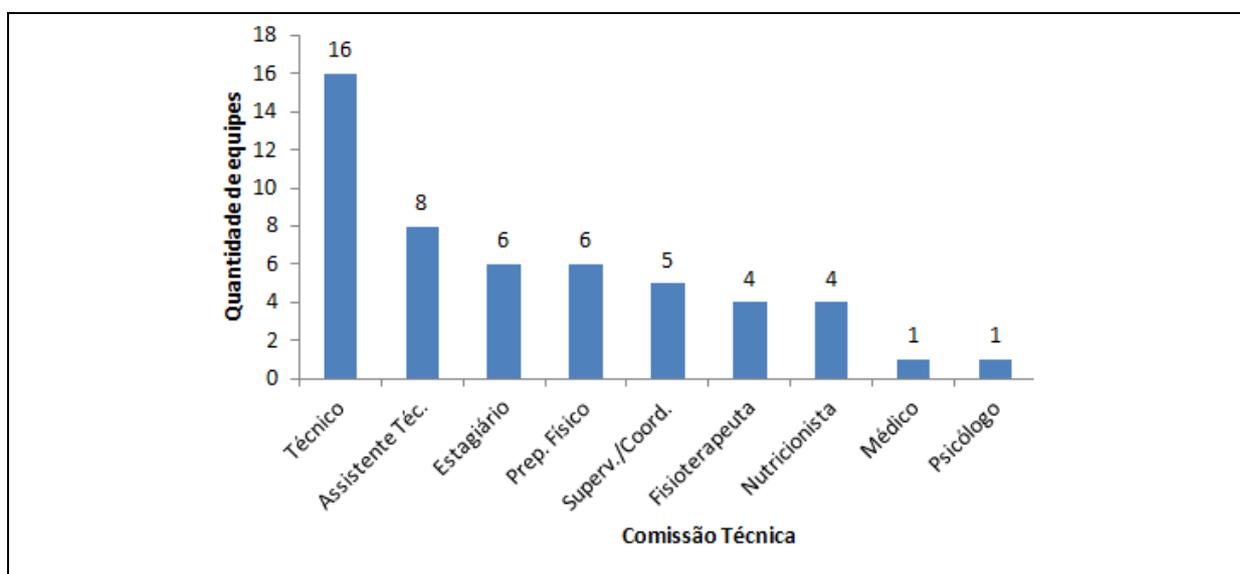
Fonte: dados da pesquisa (2017).

Quanto ao número de competições e jogos disputados num ano, como os dados foram coletados durante a temporada de competições de 2016, foi solicitado aos técnicos que estimassem a quantidade prevista para 2016. Segundo os dados, são, em média, 6,4 (dp 1,89) competições disputadas por ano, por equipe. Em relação às partidas realizadas, a média ficou em 50,3 (dp 22,02) por ano, por equipe. Embora a quantidade média de partidas seja significativa, percebe-se que há heterogeneidade entre as equipes, pois, enquanto três disputam entre 80 e 90 partidas, quatro disputam apenas entre 15 e 35 partidas.

A quantidade de profissionais de cada equipe que fazem parte da CT e estão envolvidos com os treinamentos e competições é um indicativo da capacidade financeira e estrutural da instituição, que a equipe representa. No Rio Grande do Sul, as equipes da categoria infantil feminina contam, em média, com 3,2 (dp 2,13) profissionais envolvidos nas suas atividades. Os números mostram, também, a heterogeneidade da amostra, pois, enquanto 25,0% contam com o serviço de 5 a 7 profissionais, 50,0% contam com a atuação de apenas um ou dois.

A discriminação dos profissionais com cujos serviços as equipes contam é apresentada no Gráfico 2.

Gráfico 2 - Profissionais que compõem a CT das equipes.



Fonte: dados da pesquisa (2017).

Conforme o Gráfico 2, o cargo de Técnico aparece em todas as equipes, uma vez que está regulamentado que, em competições oficiais da FGV, é obrigatória a presença deste profissional. O Assistente Técnico está presente em 50,0% das equipes, sendo o segundo profissional mais utilizado, seguido pelo Estagiário e pelo Preparador Físico, em 37,5% das equipes.

Embora 81,2% das equipes conte com dois ou mais profissionais na CT, 62,5% dos técnicos dizem estar sempre ou na maioria das vezes sozinhos com a equipe durante os treinamentos e a disputa de competições (37,5% sempre sozinhos e 25,0% sozinhos na maioria das vezes). O detalhamento dos percentuais pode ser observado na Tabela 3.

Tabela 3 - Percentual de presença da CT em treinamentos e competições.

Itens	Sempre (%)	Maioria das vezes (%)	Ocasionalmente (%)	Quase nunca (%)	Nunca (%)
Só o Técnico em treinos	37,5	25,0	6,3	31,2	0,0
Só o Técnico em jogos	37,5	25,0	18,8	25,0	0,0

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Outros fatores indicativos das condições financeiras e estruturais das instituições que mantêm as equipes são a oferta de benefícios materiais ou cobrança

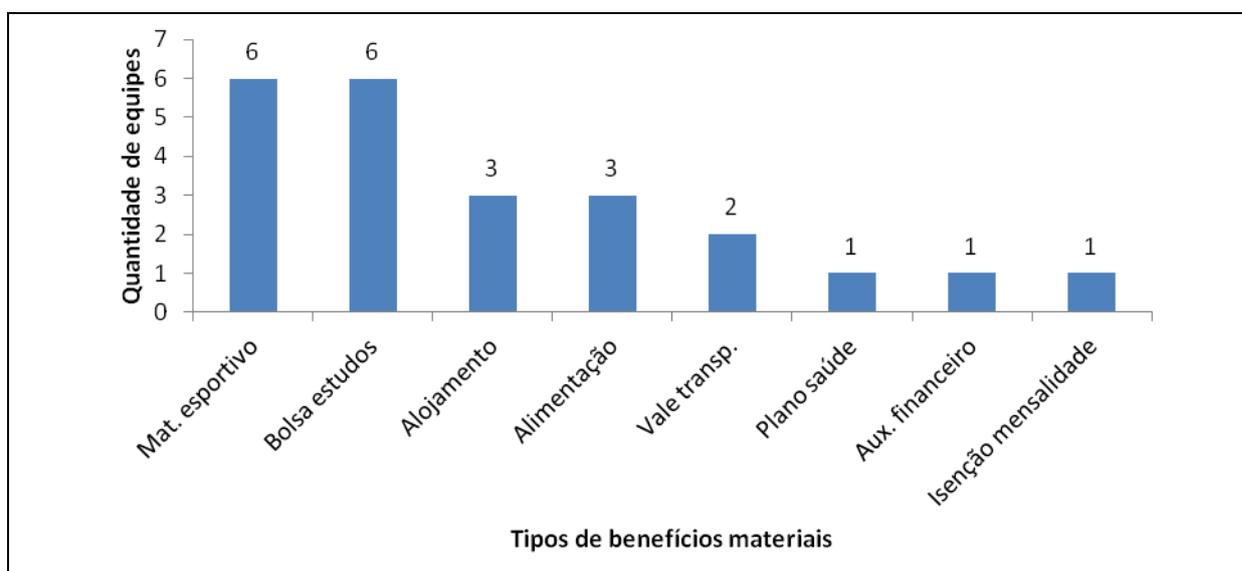
de valores para participação nas atividades e eventos. Em 31,3% das equipes, a maioria ou todas as atletas recebem algum tipo de benefício material. Em contrapartida, 56,3% das atletas gaúchas pagam para participar dos treinamentos; já para participar das competições, esse número cai para 37,5%. Esses dados podem ser conferidos de forma detalhada na Tabela 4. As especificações dos tipos de benefícios, no Gráfico 3.

Tabela 4 - Percentual de atletas de acordo com a oferta de benefícios e cobrança de valores para participação nas atividades e eventos da equipe.

Atletas	Não (%)	Algumas (%)	Metade (%)	Maioria (%)	Todas (%)
Recebem benefícios	43,7	25,0	0,0	12,5	18,8
Pagam para treinar	43,7	0,0	0,0	25,0	31,3
Pagam para competir	62,5	0,0	0,0	12,5	25,0

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Gráfico 3 - Benefícios e materiais disponibilizados às atletas pelas equipes.



Fonte: dados da pesquisa (2017).

Material esportivo e bolsas de estudo são os benefícios mais oferecidos, ambos em 37,5% das equipes. Esses benefícios são viabilizados pelas instituições, através de parcerias e patrocínios com fornecedores de material esportivo e escolas. Desta forma, esse tipo de benefício não sai em forma de dinheiro do caixa das equipes, mas gratifica o esforço das atletas e de suas famílias.

Embora 56,3% das atletas informem que pagam para participar dos treinamentos das equipes, segundo alguns Técnicos, é difícil definir os custos pagos e os benefícios recebidos pelas atletas, em função da variabilidade dos custos e dos benefícios, o que se evidencia em algumas falas dos Técnicos:

Na nossa equipe, as atletas não têm custos para treinar ou jogar, mas elas arcam com suas despesas de alimentação quando viajamos e passamos alguns dias fora (T1, 2016).

Algumas ganham um tipo de benefício, outras ganham outro tipo. Depende do que temos e do que cada uma precisa. Excepcionalmente pagam as suas despesas em algumas competições (T7, 2016).

No nosso clube é obrigatório o pagamento de mensalidade pra fazer vôlei. Então pagar mensalidade é custo para algumas e a isenção do pagamento é benefício para outras (T13, 2016).

Temos um convênio com a prefeitura que paga todas as despesas delas (atletas) quando viajam. Mas os custos do dia a dia durante o ano são com elas (T15, 2016).

Como foi visto no Gráfico 2, o Técnico está presente em todas as equipes. É o profissional responsável pela equipe em treinamentos e competições. Inúmeras vezes, por estar sozinho, acumula funções de outros profissionais que não integram a CT. A Tabela 5 traz informações sobre o perfil do profissional que atua nas equipes de voleibol infantil feminino do Rio Grande do Sul.

A média de idade dos Técnicos é de 39,7 (dp 10,62) anos. Há predominância do sexo masculino (75,0%). Todos têm Ensino Superior completo, Curso de Educação Física. Dos entrevistados, 56,2% aperfeiçoaram-se em cursos de pós-graduação. O T13 é o único profissional com o título de mestre. Quanto aos cursos de formação de técnicos promovidos pela Confederação Brasileira de Voleibol (CBV), apenas T3 e T9 (12,5%) informaram que não participaram de nenhum curso de formação. Os técnicos T10 e T19 (12,5%) tem nível 1, ou seja, formação para atuar com equipes iniciantes. Informaram ter o nível 2, ou seja, capacitação para atuar em equipes femininas até 19 anos, os técnicos T1, T2 e T6 (18,8%). A maior parte dos técnicos está no nível 3, que os habilita a atuar em qualquer nível de competição nacional organizada pela CBV. Essa capacitação foi realizada por T4, T5, T7, T11, T12, T14 e T15 (43,8%). Já o nível 4, além de permitir a atuação em qualquer nível de competição nacional, permite atuar em competições

internacionais, bem como, planejar, executar e avaliar programas para o voleibol nacional. Essa capacitação foi apresentada por T13 e T18 (12,5%).

Tabela 5 - Formação e experiência dos Técnicos no voleibol gaúcho infantil feminino.

Cód. equipe ---	Colocação ranking ---	Idade anos	Sexo ---	Formação acadêmica ---	CBV nível	Seleção RS ---	Tempo atuação (anos)	Tempo base (anos)
1	1°	27	M	Esp	2	N	6	6
2	6°	27	M	Esp	2	N	6	6
3	13°	30	F	Esp	0	N	8	5
4	8°	34	M	Grad	3	S	15	17
5	5°	43	M	Grad	3	N	3	3
6	4°	59	F	Esp	2	N	22	20
7	2°	45	M	Esp	3	S	25	18
9	3°	26	F	Grad	0	S	5	4
10	10°	28	M	Grad	1	N	1	1
11	7°	38	M	Grad	3	S	19	19
12	9°	40	M	Grad	3	S	22	21
13	12°	49	M	Mest	4	S	31	30
14	15°	37	M	Esp	3	S	16	16
15	11°	54	F	Esp	3	S	17	16
18	14°	53	M	Esp	4	N	35	35
19	16°	45	M	Esp	1	N	10	10
Média	---	39,7	---	---	2,3	---	14,9	14,7
DP	---	10,62	---	---	1,25	---	10,31	9,67

Legenda: M – masculino; F – feminino; CBV: Confederação Brasileira de Voleibol; S – Sim; N – Não

Fonte: dados da pesquisa (2017).

A metade dos técnicos que atua nesta categoria já integrou a CT de alguma seleção estadual de base. A média de tempo em que atuam no voleibol é de 14,9 (dp 10,3) anos; mais especificamente com categorias de base, a média baixa para 14,7 (dp 9,7) anos.

Conforme a Tabela 6, apenas 25% dos Técnicos atuam profissionalmente e exclusivamente com voleibol. Em seus clubes, são responsáveis por uma média de 2,8 (dp 1,47) categorias/equipes, considerando a infantil feminina como uma delas. Informaram destinar uma média de 42,9 (dp 17,29) horas semanais de trabalho no total, das quais 24 (dp 7,75), para o voleibol. Destacam-se, neste aspecto, os números apresentados por T7 e T18, que afirmam trabalhar 80 horas semanais.

Ressaltaram nas entrevistas que realizam treinamentos inclusive nos finais de semana. T4 não informou a quantidade total de horas que trabalha por semana. Excluindo os dois técnicos que trabalham 80 horas semanais, o que destoa dos demais colegas de profissão, a média de horas totais trabalhadas na semana fica em 37,2 (dp 8,87).

Tabela 6 - Perfil da atuação profissional dos Técnicos no voleibol infantil feminino gaúcho.

Cód. Equipe	Colocação ranking	Exclusiv. voleibol	Categorias clube	H/Sem. voleibol	H/Sem. total	Voleibol renda	Voleibol prioridade	Qualidade remuneração
1	1°	N	2	25	45	1	1	Média
2	6°	N	2	25	45	1	1	Média
3	13°	N	3	15	37	2	1	Média
4	8°	N	2	22	*	1	1	Média
5	5°	N	3	17	40	2	1	Média
6	4°	S	2	20	20	1	1	Média
7	2°	N	4	40	80	2	1	Alta
9	3°	N	3	25	33	1	1	Média
10	10°	S	1	30	30	1	1	Média
11	7°	S	2	18	26	1	1	Média
12	9°	N	2	24	54	1	1	Média
13	12°	S	3	30	30	1	1	Média
14	15°	N	5	17	40	2	1	Média
15	11°	N	2	20	40	1	1	Alta
18	14°	N	7	40	80	1	1	Média
19	16°	N	2	16	44	2	1	Baixa
Média	---	---	2,8	24	42,9	---	---	---
DP	---	---	1,47	7,75	17,29	---	---	---

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Para 68% dos entrevistados, o trabalho realizado com a modalidade é sua principal fonte de renda; contudo, em 100% dos casos, é considerado como a prioridade profissional. Ainda assim, 81,2% dos profissionais considera sua remuneração média. Apenas T7 e T15 a consideram alta (12,5%) e T19 (6,3%), baixa. T10, mesmo considerando o voleibol como principal fonte de renda e prioridade profissional, refere que recebe remuneração mediana e que não recebe horas extras quando participa de competições.

4.1.2 Perfil sociodemográfico e esportivo das atletas

Ao todo, 169 atletas responderam ao questionário sociodemográfico e esportivo. Os dados do perfil sociodemográfico das informantes são apresentados na Tabela 7.

Tabela 7 - Perfil sociodemográfico e econômico das atletas infantis do voleibol gaúcho.

Código equipes particip. ---	Ranking anual classific. ---	Qtd atletas particip. N°	Média idade atletas anos	Média peso atletas kg	Média estatura atletas M	Estudam escola particular ---	Classe social econôm. ---	Moram com os pais %	Moram cidade equipes %	Recebem benefic. da equipe %
1	1°	11	14,8	63,8	1,71	72,7	3,1	63,6	54,5	100
2	6°	12	13,4	59,2	1,69	41,6	3	100	66,6	100
3	13°	6	13,6	52,3	1,61	33,3	3,3	100	100	0
4	8°	8	14,6	60,9	1,67	87,5	3,75	100	100	75
5	5°	9	13,3	57,3	1,67	88,9	3,6	100	77,8	33,3
6	4°	11	14,1	62,3	1,7	72,7	3,2	100	81,8	72,7
7	2°	13	14,3	58,5	1,71	84,6	3,5	100	92,3	38,5
9	3°	14	14,1	57,9	1,69	28,5	2,8	100	57,1	42,8
10	10°	11	14,3	60,7	1,68	81,8	3	100	63,6	72,7
11	7°	12	14,1	59,2	1,71	66,6	3,4	100	91,6	33,3
12	9°	10	14,3	59,4	1,69	60	3,4	100	100	70
13	12°	14	14,2	59,6	1,68	21,4	2,85	100	85,7	57,1
14	15°	7	13,6	60,8	1,69	71,4	3	100	100	71,4
15	11°	13	14	56,3	1,68	84,6	3,4	100	92,3	23,1
18	14°	11	14,2	56,7	1,68	54,5	3,2	100	72,7	27,3
19	16°	7	14,3	58,1	1,72	100	3,6	71,4	100	42,8
Média	---	10,56	14,1	58,9	1,69	63,9	3,3	95,9	81,6	53,8
DP	---	2,53	0,41	2,67	0,02	23,7	0,28	11,19	16,24	28,13

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Na Tabela 7, apresentam-se as médias do grupo de atletas de cada uma das equipes participantes do estudo. A média de idade das atletas é 14,1 (dp 0,41) anos, pois todas nasceram em 2001 e 2002, ou seja, completaram ou completariam no ano da realização deste estudo (2016) 14 ou 15 anos. O peso e a estatura das atletas foram informados por elas, no questionário. O peso médio foi de 58,9 (dp 2,67) quilos e a estatura 1,69 m (dp 0,02). Quanto à estatura, aspecto de muita importância para a prática do voleibol, segundo informações das atletas, somente

4% medem de 1,80 a 1,84 m, sendo esta a estatura máxima dentro da amostra. Ainda, 18% das atletas medem entre 1,75 e 1,79 m; 27,0%, entre 1,70 e 1,74 m; e 51%, entre 1,54 e 1,69 m.

Quanto à escolaridade, 100% das atletas estão matriculadas e frequentam a escola. Destas, 63,9% estudam em escolas da rede particular. As atletas que estudam na rede pública estão subdivididas: 18,3%, em escolas municipais; 16,6% em escolas estaduais; 1,2%, em escolas federais.

Em relação à classe social na qual a atleta considera que sua família se enquadra, foi apresentada uma escala de 1 (baixa) a 5 (alta). Nesta escala, a média geral das atletas ficou em 3,3 (dp 0,28). Uma concentração de 93,0% das atletas considera que pertence às Classes Média e Média Alta; 62,0%, Média e 31,0%, Média Alta. A Classe Média Baixa é representada por 7,0%. Nenhuma atleta considerou-se como sendo Pobre ou pertencente à Classe Alta.

Quanto à moradia, 95,9% das atletas vivem em casa, com os pais. Das demais, 2,9% vivem em “Repúblicas”¹ e 1,2%, na casa de familiares. Em ambos os casos, as atletas optaram por morar fora de casa por residirem em outros municípios distantes de onde se situam as equipes que integram. A maior parte das atletas, 81,6%, reside no mesmo município da equipe que integram.

Em relação ao recebimento de algum auxílio financeiro ou material, 53,8% das atletas afirmaram que recebem algum tipo de auxílio da equipe. Os tipos de benefícios recebidos já foram informados pelos Técnicos das equipes e descritos no Gráfico 3.

A respeito do perfil esportivo, cujas informações foram apresentadas na Tabela 8, embora as atletas tenham dito que iniciaram a prática no voleibol a 4,2 (dp 0,8) anos, somente ingressaram na equipe que defendem atualmente a 2,9 (dp 1,0) anos. Das atletas, 52,6% afirmaram que estão atuando na sua primeira equipe;

1 “Repúblicas” são as moradias ou alojamentos específicos para atletas, que os clubes e associações esportivas mantêm para receber aqueles que vêm de outras localidades e desejam fazer parte de suas equipes. Normalmente são atletas em busca de melhores oportunidades de desenvolvimento, as quais não encontram em suas localidades de origem.

30,3%, na segunda; 15,4%, na terceira; 1,7%, na quarta.

Tabela 8 - Perfil esportivo das atletas infantis do voleibol gaúcho.

Código equipes particip.	Ranking anual classific.	Tempo prática na vida anos	Tempo na equipe anos	Iniciou equipe atual %	Jogou funções diversas %	Freq. lesões doenças escala	Joga categ. superior %	Joga outras equipes %	Carga treino semanal horas	Pretende ser profis. %
1	1°	5,3	2,8	36,4	72,7	2,2	0	0	11,8	27,3
2	6°	3,2	2,5	75	75	2	8,3	8,3	8	66,7
3	13°	4,4	3,8	50	50	2,7	0	16,7	6,7	16,7
4	8°	5,4	5,4	100	87,5	2,4	62,5	0	9,4	0
5	5°	3,9	3,6	77,8	44,5	2,3	22,2	33,3	5,6	44,4
6	4°	3,9	2,6	45,4	81,8	2,1	0	27,3	9,4	27,3
7	2°	6,8	4,2	30,7	53,8	2	7,1	7,1	7,9	15,4
9	3°	3,1	1,9	64,3	71,4	2,3	0	42,9	9,7	28,6
10	10°	3,7	2,4	45,4	54,6	2,3	18,2	33,4	11,6	63,6
11	7°	3,5	2,3	50	50	2	91,6	33,3	13,2	41,7
12	9°	3,2	2,1	50	80	2,3	80	30	16,3	40
13	12°	3,7	2,4	100	71,4	2,1	64,3	7,1	12,8	42,8
14	15°	4,4	3,6	57,1	14,3	2,5	42,8	85,7	7,9	57,1
15	11°	4,5	3,1	23,1	76,9	2,3	15,4	46,1	13	38,5
18	14°	4,4	1,9	18,2	72,7	2,3	63,6	27,3	12,3	45,4
19	16°	4,5	1,9	14,3	85,7	2,1	71,4	57,1	11,1	28,6
Média	---	4,2	2,9	52,6	65,1	2,2	33,1	27,2	10,4	37
DP	---	0,97	0,98	26,04	19,25	0,19	32,92	22,76	2,83	17,81

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Das atletas participantes deste estudo, 65,1% relataram ter tido experiências em diversas funções/posições no jogo. As demais, 34,9%, praticam a modalidade na mesma função/posição desde que ingressaram na primeira equipe. Quanto à ocorrência de lesões ou doenças, foi apresentada às atletas uma escala de 1 (nunca) a 5 (sempre). A média das respostas ficou em 2,2 (dp 0,2), evidenciando uma baixa ocorrência de fatos ou eventos que afetassem negativamente sua saúde.

Embora os Técnicos tenham informado a quantidade de horas semanais que as equipes dedicam aos treinamentos (apresentada na Tabela 1), as atletas afirmam que, além destas, também realizam treinamentos em categorias superiores do seu clube ou até mesmo em outras instituições, como, por exemplo, na equipe da escola onde estudam. Jogam desde a categoria superior até a infantil no mesmo clube, 33,1% das atletas; em outras equipes além do seu clube, 27,2%. Com estes dados,

a carga horária média de treino semanal foi de 10,4 horas.

Questionadas em relação à expectativa de se tornarem atletas profissionais, 37,0% responderam que têm este objetivo. Já 21,0% não pretendem ser profissionais; 42,0% afirmaram que não têm certeza sobre seu futuro, se é sua vontade seguir jogando, se apresentam reais condições para se tornarem profissionais ou se deixarão para decidir quando terminarem a trajetória nas categorias de base.

As atletas também se posicionaram a respeito da sua percepção e satisfação com os treinamentos e jogos. Segundo a Tabela 9, quanto ao tempo que as atletas disponibilizam para treinar, 69,2% acreditam ser na medida certa; 21,9% gostariam de treinar mais. Quanto ao tempo destinado aos jogos e competições, as opiniões dividem-se mais: 19,5% afirmam ser menos do que gostariam; 31,5% consideram que está na medida certa; 17,8% entendem que as disputas ocorrem mais do que gostariam. Quanto ao nível de exigência enfrentado nos treinamentos e nos jogos, (68,2%) e (67,3%), respectivamente, isto é, a maioria das atletas acredita que o nível de exigência seja na medida certa.

Quanto ao tempo de intervalo que recebem para recuperação física e mental após exigências em treinamento e competições, também prevalece a opção “na medida certa”. Referente ao tempo pós-treinamentos e ao tempo pós jogos e competições, 62,2% e 68,2%, respectivamente, concordaram com a opção, “na medida certa”.

Quanto à satisfação com o rendimento da equipe, tanto coletivamente quanto individualmente, as respostas foram mais distribuídas. Quanto ao rendimento da equipe, os resultados apontaram que 40,2% das atletas ficaram pouco satisfeitas; 31,5%, satisfeitas; 22,5%, muito satisfeitas. Quanto ao rendimento individual, a maioria, 40,2%, ficou satisfeita; 36,7%, pouco satisfeitas; 13,6%, muito satisfeitas.

Tabela 9 - Satisfação das atletas quanto ao nível de exigência, tempo de recuperação e rendimento coletivo e individual em treinos e jogos.

Variáveis	Pouco	Menos que gostaria	Medida certa	Mais que gostaria	Acima da capacidade
Tempo despendido para treinos	0,0	21,9	69,2	7,2	1,7
Tempo despendido para jogos	0,0	19,5	31,5	17,8	1,2
Nível de exigência nos treinos	0,0	21,3	68,2	8,4	2,3
Nível de exigência nos jogos	80	14,2	67,3	16	1,7
-----	Não Há	Pouco	Menos que gostaria	Medida certa	Mais que preciso
Tempo para recuperação após treinos	2,3	17,7	15,5	62,2	2,3
Tempo para recuperação após jogos	2,9	11,3	16	68,6	1,2
-----	Insatisf.	Pouco satisf.	Satisf.	Muito satisf.	Plenamente satisf.
Rendimento da equipe	2,9	40,2	31,5	22,5	2,9
Rendimento individual	5,9	36,7	40,2	13,6	3,6

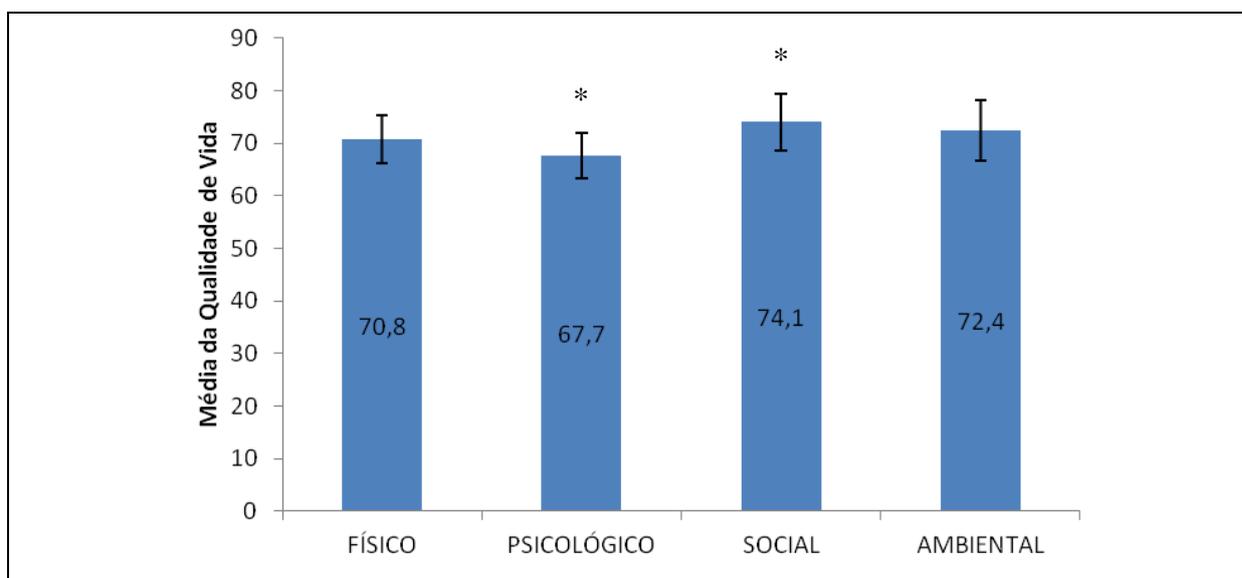
Fonte: dados da pesquisa (2017).

4.2 Níveis de QV apresentados pelas atletas e suas equipes

Após conhecer o ambiente esportivo sob o ponto de vista das atletas e o seu perfil sociodemográfico e esportivo, passa-se a apresentar os dados referentes à QV. No Gráfico 4 são apresentados os níveis médios de QV das atletas, avaliados em cada um dos domínios.

Entre os quatro domínios da QV propostos pelo instrumento WHOQOL-bref, o Social foi o que recebeu maior pontuação (74,1; dp 5,37), seguido, em ordem decrescente, pelo Ambiental (72,4; dp 5,8), pelo Físico (70,8; dp 4,62) e pelo Psicológico (67,7; dp 4,4). A análise estatística permite inferir que há diferença estatística significativa na QV entre a média dos escores do aspecto psicológico e do social ($F = 6,41$; $p < 0,05$). Conforme Padrão (2008), quando os escores obtidos apresentam pontuação entre 61 e 80, o nível de QV é considerado “Bom”. Nesse sentido, para as atletas entrevistadas, todos os quatro domínios estão dentro desta média de classificação.

Gráfico 4 - Níveis de QV das atletas gaúchas da categoria infantil feminina, avaliados nos domínios Físico, Psicológico, Social e Ambiental.



Legenda: escores marcados com * diferem significativamente entre si.

Fonte: dados da pesquisa (2017).

A média dos escores de cada equipe, em cada domínio da QV, também foram ordenados e podem ser visualizados na Tabela 10. E2 foi a equipe que obteve o melhor escore de QV geral, com 79 (dp 4,0) pontos. A equipe pior colocada neste aspecto foi E13, com 63,9 (dp 2,3) pontos. Tratando-se especificamente de cada domínio, as equipes com melhores escores foram E2: no Físico, (78,3) e no Social, (84,0); E3: no Psicológico, (76,39); e E4: no Ambiental, (82,4). Já as que apresentaram os piores escores em cada domínio foram E6: no Físico, (62,9); E10: no Psicológico, (62,9); E13: no Social, (67,26) e também no Ambiental, (61,8).

Entre as respostas das 26 questões apresentadas no instrumento WHOQOL-bref, alguns resultados merecem destaque, tanto positiva quanto negativamente. Pelo lado positivo, primeiramente, na Tabela 11, verifica-se que a questão que recebeu maior escore foi a número 23, relacionada ao domínio Ambiental, que indaga sobre a satisfação com as condições de moradia. As atletas atribuíram, em média, 4,4 (dp 0,7) pontos dos cinco possíveis a esse item. Em segundo lugar,

merece destaque a questão 15, relativa ao domínio Físico, que, ao indagar sobre a capacidade de locomoção, obteve uma média de 4,4 (dp 0,7) pontos. Em terceiro lugar, empatadas com 4,3 pontos, a questão 1 sobre QV Geral e a questão 20, que trata do domínio Social. A primeira solicita que a atleta avalie sua QV de forma geral (dp 0,5) e a segunda questiona a satisfação com suas relações pessoais (dp 0,8).

Tabela 10 - Escores de QV geral e específico por dimensões, por equipe.

Código equipes particip.	Pontos ranking anual	Ranking anual classific.	QV dimensão Física	QV dimensão Psicológica	QV dimensão Social	QV dimensão Ambiental	QV Geral		Colocação equipes QV
							Média	DP	
1	356	1°	65,58	64,77	78,78	68,46	69,40	6,45	12°
7	192	2°	75,30	66,34	80,77	76,20	74,65	6,04	4°
9	168	3°	71,17	71,73	71,43	65,63	69,99	2,92	10°
6	149	4°	62,66	63,64	73,48	70,45	67,56	5,25	14°
5	137	5°	73,00	64,35	68,52	77,08	70,74	5,51	9°
2	130	6°	78,27	74,30	84,00	79,42	79,00	3,99	1°
11	115	7°	75,59	70,83	80,56	76,30	75,82	3,99	3°
4	108	8°	67,85	64,58	71,87	82,42	71,68	7,76	7°
12	99	9°	71,78	70,42	69,17	73,12	71,12	1,71	8°
10	56	10°	71,10	62,88	75,76	69,32	69,77	5,33	11°
15	55	11°	69,78	65,38	67,31	64,66	66,78	2,29	15°
13	46	12°	63,01	63,69	67,26	61,83	63,95	2,34	16°
3	21	13°	68,45	76,39	80,55	78,12	75,88	5,24	2°
18	20	14°	68,50	64,39	69,67	69,03	67,90	2,39	13°
14	16	15°	73,47	73,21	73,81	70,53	72,76	1,50	5°
19	13	16°	76,53	66,07	72,62	75,45	72,67	4,70	6°
Médias	---	---	70,75	67,69	74,10	72,38	71,23	4,21	---
DP	---	---	4,6	4,4	5,4	5,8	4,2	---	---

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Tabela 11 - Itens do WHOQOL-bref que receberam as três maiores pontuações.

	Quest.	Dimensão	Item	Média	DP
1°	23	Ambiental	Satisfação com condições de moradia	4,4	0,7
2°	15	Físico	Capacidade de locomoção	4,3	0,7
3°	1	Geral	Avaliação geral da QV	4,2	0,5
3°	20	Social	Satisfação com relações pessoais	4,2	0,8

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Em relação a aspectos negativos, na Tabela 12, são apresentados os valores das respostas das questões com os menores escores. O pior escore ficou com a questão número 16, relativo ao domínio Físico, que retrata a insatisfação das atletas

com o seu sono. A média das respostas foi de 3,2 (dp 1,1) pontos de cinco. O penúltimo lugar foi da questão número 14, do domínio Ambiental, que traz a insatisfação quanto às oportunidades de lazer. No antepenúltimo lugar, ficou a questão número 7, do domínio Psicológico, que indaga sobre a capacidade de concentração, que recebeu 3,5 (dp 0,8) pontos.

Tabela 12 - Itens do WHOQOL-bref que receberam as três menores pontuações.

	Quest.	Dimensão	Item	Média	DP
1º	16	Físico	Satisfação com o sono	3,2	1,1
2º	14	Ambiental	Oportunidades de lazer	3,3	0,9
3º	7	Psicológico	Capacidade de concentração	3,5	0,8

Fonte: dados da pesquisa (2017).

Ainda em relação à QV, foi questionada aos Técnicos das equipes, sua concepção sobre o tema. Como são os profissionais que planejam e aplicam os treinamentos e trabalham diretamente com as atletas, saber o que pensam sobre a QV é fundamental para compreender as possíveis implicações que eles podem ter sobre a QV das atletas que integram suas equipes.

Como pode ser percebido em algumas falas apresentadas a seguir (as demais são apresentadas no APÊNDICE C), os técnicos conceituam QV como algo multidimensional e interpessoal, além de afirmarem ser um conceito individual, próprio de cada pessoa. Postulam que, para obter QV, é relevante considerar vários aspectos da vida, além da condição de equilíbrio entre eles. Citam como variáveis a serem controladas, as relativas à família, as econômicas, as de lazer, as profissionais, as de saúde, as físicas, as de estresse, as alimentares e até mesmo as relativas ao contato com a natureza, como importantes para eles.

São as variáveis que interferem no teu cotidiano. Uma boa qualidade de vida é ter poder de realizar tuas atividades pessoais e profissionais de forma saudável e satisfatória (T1, 2016).

QV é individual, ou seja, para cada indivíduo a QV é entendida de diferentes maneiras, que envolvem o físico, o psicológico e o material. Pra mim é ter equilíbrio emocional, praticar exercícios físicos semanalmente, estar me relacionando com as pessoas e encontrando amigos. Em alguns momentos me permito isso, que muitas vezes se torna difícil em função do trabalho. E principalmente estar com a minha família, que é o que eu mais amo (T9, 2016).

Entendo como QV uma condição de rotina profissional, familiar e social, onde precisamos manter o equilíbrio para que o exagero em uma delas não venha a interferir na saúde física ou emocional do indivíduo (T19, 2016).

4.3 Associações entre escores de QV e variáveis de desempenho e treinamento

Quando questionadas se consideram que a prática do voleibol interfere na sua QV e de que forma percebem isso, a maioria das atletas respondeu que a interferência é positiva, ou seja, acreditam que os treinamentos e jogos de voleibol promovem a QV de diferentes formas. Conforme a Tabela 13, das atletas participantes deste estudo, 87,6% afirmam que a participação em treinamentos e competições é positiva. Mesmo concordando que a prática do voleibol promova a QV, 10% das atletas faz ressalvas, apresentando, além dos aspectos positivos, aspectos que interferem negativamente no seu dia a dia. Uma pequena parte, 1,2%, citou somente aspectos negativos, como, também, a mesma quantidade não respondeu ou não soube responder a pergunta.

Tabela 13 - Influência da prática do voleibol na Qualidade de Vida, na percepção das atletas.

Influência	N	%
Negativa	2	1,2
Positiva	148	87,6
Positiva e Negativa	17	10,0
Não sabe/não respondeu	2	1,2
Total	169	100

Fonte: dados da pesquisa (2017)

Das atletas que percebem a prática do voleibol de competição como promotora da QV, as falas a seguir evidenciam os aspectos mais relevantes para elas (as demais estão apresentadas no APÊNDICE C). Foram citados, entre outros, como aspectos decorrentes da prática do voleibol e promotores de QV, o amor pelo voleibol, o sentimento de bem-estar, benefícios da atividade física para a saúde, as novas amizades, lugares conhecidos e experiências vivenciadas, o trabalho em

equipe, os valores morais aprendidos, as novas expectativas criadas para o futuro.

Desde os meus sete anos pratico esporte. Fiz oito anos de ginástica rítmica e depois fui pro vôlei. O esporte me proporcionou mais saúde, disposição pra fazer minhas coisas e me ajuda a amadurecer e a encarar as situações da vida com mais seriedade e maturidade. Trabalhar em equipe também. O esporte é essencial para o desenvolvimento mental, emocional e corporal de alguém. A melhor escolha é o esporte (E15A6, 2016).

O vôlei me proporcionou uma vida bem melhor. Antes de começar a jogar eu era gordinha. Me ajudou a perder peso, melhorar minha vida social, me sinto mais confiantes e disposta a fazer qualquer coisa. O vôlei me ensinou a trabalhar e acreditar no trabalho em equipe. Ensinou que se uma bola dá errada, sempre tem há novas chances de voltar atrás, que nada está perdido. Também me proporcionou coisas que não conseguiria fora do vôlei, como meus amigos e colegas de time que amo muito, viagens que não faria se dependesse do meu pai, como Argentina, Rio de Janeiro, Paraná e outros (E15A10, 2016).

Por outro lado, há atletas que, embora considerem positiva a prática do voleibol, como treinamentos e jogos de competição, fazem ressalvas, apontando algumas interferências negativas em sua vida, como, por exemplo, pouco tempo livre para atividades sociais e para descanso, problemas com estudo, estresse e ocorrência de lesões. Alguns depoimentos estão ilustrados a seguir (os demais estão apresentados no APÊNDICE C).

Eu passo muita parte do meu tempo jogando vôlei, tanto em campeonatos quanto nos treinos. Passo todos meus finais de semana em quadra, então afeta minha vida de maneira tanto negativa quanto positiva, pois meu físico e sistema imunológico melhoraram (E4A10, 2016).

Eu amo o vôlei e penso que me ajudou a ter disciplina, saúde e preparo físico. Porém, quando fico sobrecarregada com tantos treinos, isso baixa o meu rendimento escolar e me deixa estressada e cansada. O vôlei pode interferir na qualidade de vida, mas deve haver um equilíbrio nos treinos (E15A8, 2016).

O aspecto negativo ressaltado nas duas falas aponta para a dificuldade em conciliar jogos e viagens com os estudos, já que perdem aulas ao longo do ano, principalmente, em época de provas importantes.

4.3.1 QV e Desempenho

Foram feitas também correlações estatísticas entre os escores de QV e as outras variáveis avaliadas no estudo. Considerando a sugestão de Jaques-Callegari

(2006), quando testada a correlação, sua existência pode receber um significado qualitativo. A autora postula que a correlação pode ser escalonada como nula (0) até plena ou perfeita (1,0). Assim, adota-se a classificação de Jaques-Callegari (2006) para avaliar as correlações a seguir.

Quando testados os escores de QV e o desempenho (pontuação no ranking) das atletas, a análise mostra que há correlação fraca, positiva e não significativa entre os escores de QV das atletas e a colocação da sua equipe no ranking ($r_{\text{(Pearson)}}=0,06$; $p=0,46$). O mesmo ocorre quando os escores são especificados por domínio da QV. Observa-se, na Tabela 14, que, em relação ao rendimento da equipe, há correlação fraca, negativa e não significativa entre os domínios físico e psicológico das atletas; por outro lado, há correlação positiva, fraca e não significativa entre os domínios social e ambiental das atletas.

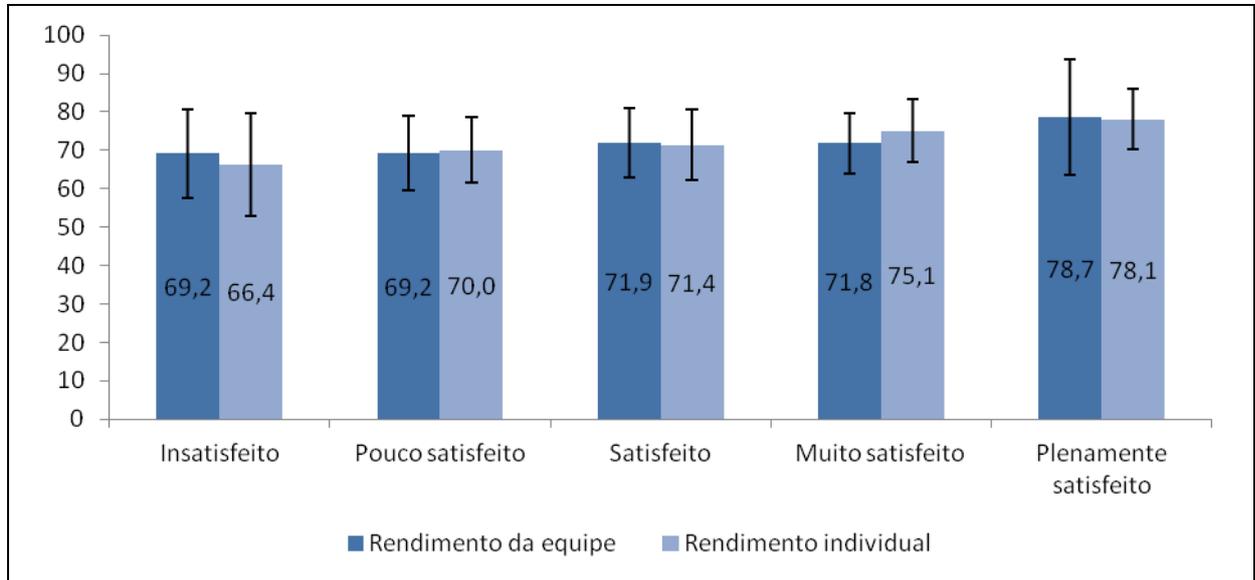
Tabela 14 - Correlações entre os escores dos domínios da Qualidade de Vida das atletas e o seu desempenho.

Domínios QV	Físico	Psicológico	Social	Ambiental
média de QV	70,8	67,7	74,1	72,4
DP	4,6	4,4	5,4	5,8
(p)	0,74	0,85	0,09	0,61
r (Pearson)	-0,02	-0,01	0,13	0,04

Fonte: dados da pesquisa (2017)

As atletas apontaram o grau de satisfação com o rendimento da sua equipe e o com seu rendimento individual. A análise sinaliza que não há correlação significativa entre os escores de QV e a percepção de rendimento da equipe ($r_s=0,15$, $p=0,05$). Além disso, também não há diferença estatística significativa nos escores de QV quando comparados entre as respondentes insatisfeitas, pouco satisfeitas, satisfeitas, muito satisfeitas e plenamente satisfeitas ($F=1,70$; $p=0,15$), como é mostrado no Gráfico 5 a seguir.

Gráfico 5 - Escores de QV e desvio padrão das atletas de acordo com a satisfação com o seu rendimento individual e da equipe.



Fonte: dados da pesquisa (2017)

Há correlação fraca, positiva e significativa entre a colocação da equipe no ranking e a QV das atletas que consideram o rendimento da sua equipe pouco satisfatório ($r_{\text{Pearson}}=0,29$; $p=0,014$). Já com as atletas que consideram o rendimento da sua equipe como muito satisfatório, há correlação negativa, regular e significativa entre a colocação da equipe no ranking e a QV das atletas ($r_{\text{Pearson}}=-0,33$; $p=0,046$).

Ao comparar satisfação com o rendimento individual, há correlação fraca, positiva e significativa entre os escores de QV das atletas e a percepção de seu rendimento individual ($r_{\text{Pearson}}=0,25$, $p=0,001$).

4.3.2 QV e Treinamento

Analisados os dados referentes às cargas de treinamento das equipes, pode-se afirmar que há correlação fraca, negativa e significativa entre a QV das atletas e as horas de treinamento semanais praticadas por elas em suas equipes ($r_{\text{Pearson}}=-0,2$; $p=0,01$). Além do treinamento com as equipes, as atletas praticam a modalidade também em outras categorias ou em outras equipes, somando um número maior de horas de treinamento do que as praticadas nas equipes. Analisando as cargas

horárias totais de treinamento das atletas, verificou-se que há correlação fraca, significativa e negativa entre os escores de QV das atletas e o número total de horas de treinamento semanal praticado por elas ($r_{\text{Pearson}} = -0,15$; $p = 0,049$).

Além dos treinamentos, as atletas participam de competições durante o ano. Correlacionando a quantidade de jogos realizados no ano com a QV, o resultado evidencia que há correlação fraca, positiva e não significativa entre a QV e o número de jogos disputados pelas atletas em um ano ($r_{\text{Pearson}} = 0,007$; $p = 0,92$).

4.3.3 QV e Estrutura da equipe

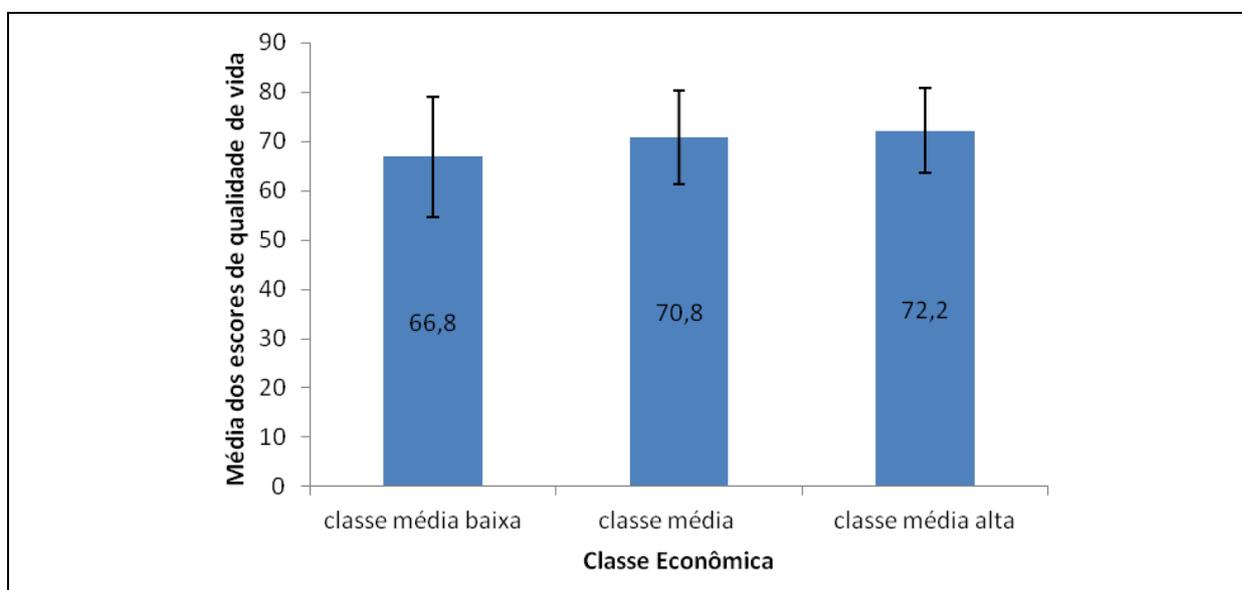
Não foi encontrada diferença estatística significativa entre os escores de QV se comparados entre as atletas de equipes com mais profissionais atuantes nas CT's com as com menos profissionais atuantes ($F = 0,93$; $p = 0,55$).

Analisando os benefícios materiais e financeiros oferecidos às atletas pelas equipes e a quantidade de atletas beneficiados, verificou-se que não há diferença estatística significativa entre os escores de QV, se comparados à quantidade de benefícios oferecidos pelas equipes às suas atletas ($F = 0,86$; $p = 0,51$). Da mesma forma, não há diferença estatística significativa entre os escores de QV, se comparados à quantidade de atletas que recebem benefícios financeiros em cada equipe ($t = -0,6$; $p = 0,54$).

4.3.4 QV e Perfil sociodemográfico e econômico das atletas

Embora os escores de QV sejam maiores em classes socioeconômicas mais elevadas, segundo informações das atletas, não há diferença estatística significativa entre os escores de QV, se comparados entre as referidas classes sociais ($F = 1,63$; $p = 0,19$). Os escores por classes estão apresentados no Gráfico 6. Da mesma forma, não foi encontrada diferença estatística significativa entre os escores de QV, se forem comparadas as atletas que estudam em escolas da rede pública com as que estudam na rede privada ($p = 0,66$).

Gráfico 6 - Escores de QV das atletas de acordo com a sua classe socioeconômica.



Fonte: dados da pesquisa (2017)

A análise dos resultados obtidos quanto à residência das atletas com suas famílias evidencia que não há diferença estatística significativa entre os escores de QV, se forem comparadas atletas que residem com a família e as que residem em "Repúblicas", alojamentos esportivos ou outros locais ($t=-0,2$; $p=0,82$). Já ao analisar o local de residência e o local onde ocorre a prática esportiva, constatou-se que há diferença estatística significativa nos escores de QV, favorável às atletas que jogam em equipes da mesma cidade onde residem, se comparadas com as atletas que jogam em equipes de outras cidades ($t=0,8$; $p=0,42$) e necessitam de transporte para ir ao local de treinamento.

4.4 Correlações e comparações entre desempenho esportivo e variáveis de treinamento

Passa-se a analisar aqui as variáveis que podem estar relacionadas ao desempenho das atletas e equipes. Correlacionam-se e comparam-se variáveis do treinamento, da estrutura da equipe e do perfil sociodemográfico e econômico das atletas.

4.4.1 Desempenho e Treinamento

Quanto aos anos de prática e às equipes em que a atleta já atuou, há correlação fraca, positiva e significativa entre a quantidade de anos de prática e a posição da sua equipe no ranking ($r=0,16$; $p=0,04$). Já quanto à quantidade de equipes em que atuou, há correlação fraca, positiva e não significativa entre a quantidade de equipes que a atleta já integrou e a posição no ranking de sua equipe atual ($r=0,003$; $p=0,9$).

Ao comparar as horas de treinamento da atleta com a sua equipe e o total de horas de treino semanal além destas, em outras categorias do seu clube ou na equipe da escola, por exemplo, foi encontrada diferença estatística significativa, a favor do total de horas praticadas pela atleta ($p < 0,0001$). Ao correlacionar com o desempenho, há correlação fraca, positiva e significativa entre a posição no ranking e as horas de treinamento semanais praticadas pelas atletas em suas equipes ($r=0,18$; $p=0,02$) e há correlação fraca, negativa e não significativa entre o número total de horas de treino da atleta e a pontuação no ranking ($r=-0,10$, $p=0,18$).

Em relação à quantidade de partidas disputadas num ano, verificou-se correlação regular, positiva e significativa entre o número de jogos disputados pelas atletas num ano e a colocação de suas equipes no ranking ($r=0,6$; $p<0,0001$).

4.4.2 Desempenho e Estrutura da equipe

Os dados demonstraram que a estrutura está relacionada com o desempenho das equipes. Há correlação positiva, regular e significativa entre o número de profissionais que atuam nas Comissões Técnicas das equipes e a posição delas no ranking ($r = 0,54$; $p = 0,03$).

Também foi analisado o perfil do técnico, profissional presente em todas as equipes investigadas. Verificou-se que há relação negativa, fraca e não significativa entre a posição da equipe no ranking e os anos de experiência do técnico ($r=-0,23$;

$p=0,4$). Também verificou-se uma correlação positiva, fraca e não significativa entre a posição da equipe no ranking e a quantidade de horas de trabalho do técnico ($r=0,15$; $p=0,57$). Já em relação à quantidade de equipes ou categorias que dirige, foi encontrada uma correlação negativa, fraca e não significativa entre a posição da equipe no ranking e a quantidade de categorias que o técnico dirige ($r=-0,26$; $p=0,32$).

Analisados os benefícios materiais e financeiros disponibilizados pelas equipes aos atletas, a análise evidencia que há correlação positiva, forte e significativa entre a quantidade de benefícios dados às atletas e a posição em que se encontram no ranking ($r=0,65$; $p=0,006$). Já em relação à quantidade de atletas que recebem estes benefícios, a correlação é positiva, regular, mas não significativa, se relacionada à posição no ranking ($r=0,46$; $p=0,07$).

4.4.3 Desempenho e Perfil sociodemográfico e econômico das atletas

Ao correlacionar os dados sociodemográficos e econômicos das atletas, isto é, as diferentes classes econômicas às quais as atletas informaram pertencer, com seu desempenho, não foi encontrada diferença estatística significativa na pontuação das equipes no ranking ($F=0,71$; $p=0,503$). Contudo, esse dado não pode ser avaliado adequadamente, uma vez que as variâncias são desiguais e, considerando a grande heterogeneidade das equipes, não é possível constatar uma associação entre as variáveis.

Analisando as redes escolares às quais as atletas estão vinculadas, não há diferença estatística significativa na posição no ranking, se comparadas atletas que estudam em escolas da rede pública com as que estudam na rede privada ($t=-0,6$; $p=0,56$).

Quanto à moradia e ao transporte utilizado diariamente pelas atletas, há diferença estatística significativa na posição no ranking, favorável às atletas que vivem fora de casa, se comparadas com as que moram com suas famílias ($t=-3,73$; $p=0,0003$). Também verificou-se uma diferença estatística significativa na posição no

ranking, favorável a atletas que jogam em equipes da mesma cidade onde moram, se comparadas com as que jogam em equipes de outras cidades ($t=-2,71$; $p=0,008$).

Em relação às expectativas com o futuro, não foi encontrada diferença estatística significativa na posição no ranking, comparando as atletas que pretendem tornar-se profissionais com as que não pretendem ($F=1,22$; $p=0,3$). O que chama atenção neste aspecto é que as equipes colocadas em 1° (27,3%), 2° (15,4%), 3° (28,6%) e 4° (27,3%) lugares no ranking apresentam uma proporção baixa de atletas que pretendem tornar-se profissionais, se comparadas com a colocação das quatro equipes em que mais atletas têm esta expectativa: 6° (66,7%), 10° (63,6%), 15° (57,1%) e 14° (45,4%) lugares.

5 DISCUSSÃO

A discussão será realizada a partir da apresentação dos resultados que relacionam a QV objetiva, ou seja, que caracterizam dados sociodemográficos e econômicos que podem interferir ou justificar a ocorrência dos escores encontrados para a QV subjetiva das atletas participantes do estudo. Em seguida, a discussão versará sobre os níveis de QV, seus domínios e as correlações obtidas com as variáveis de treinamento e desempenho esportivo.

5.1 Percepção objetiva da QV: estado, regiões e municípios

A importância de considerar dados sociodemográficos e econômicos é enfatizada por Almeida, Gutierrez e Marques (2012), já que estes dados são concretos e podem servir de índices para comparação da QV das populações e mensurar as melhorias dos serviços públicos promovidos. Esta perspectiva em relação à QV é apresentada por Minayo, Hartz e Buss (2000) como percepção objetiva. Os autores citam a satisfação das necessidades mais elementares da vida humana, como alimentação, acesso à água potável, habitação, trabalho, saúde e lazer como indicadores que independem da interpretação do sujeito. O acesso ou não a estes elementos, presentes ou ausentes em determinadas regiões ou municípios, podem interferir diretamente na saúde e na QV das pessoas que lá habitam.

Tendo isso em vista, o primeiro aspecto a ser discutido são as localidades de origem das equipes participantes do presente estudo e o contexto socioeconômico e

demográfico. Nesse sentido, observa-se que a existência de clubes, entidades esportivas e associações que aderem à prática do voleibol federado é bastante restrita. Mesmo sendo o voleibol considerado a segunda modalidade esportiva mais popular no Brasil (ARANDA et al., 2010), na sua versão infantil, federada no RS, está representada em apenas 13 dos 497 municípios do estado (IBGE, 2017). Piorando a situação, das oito regiões definidas pela FUNDERGS para ações de seus Polos Regionais para o Desenvolvimento do Esporte e do Lazer (2017), somente cinco têm representantes. Além disso, em duas destas regiões, há somente uma equipe em cada região. Fica evidente a concentração de 87,5% das equipes em somente três regiões (Central, Serra e Metropolitana) e a ausência total em três das oito regiões existentes (Litoral, Sul e Fronteira).

Uma observação importante a respeito dos municípios de onde se originam as equipes gaúchas é que 11 das 16 equipes participantes deste estudo pertencem a municípios gaúchos listados entre os 20 melhores IDHM (Índice de Desenvolvimento Humano Municipal) do Rio Grande do Sul, segundo o Plano das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD, 2014). Ao considerar o IDHM-R (mesmo indicador, mas a variável Renda), oito das 16 equipes estão entre os 20 melhores índices do Estado. Compreendendo que o IDHM é um parâmetro utilizado para mensurar o grau de desenvolvimento econômico e a QV de municípios, regiões e estados, bem como, que se considera para a medida as dimensões saúde, renda e educação (PNUD, 2014), pode-se afirmar que a concentração das equipes infantis femininas federadas gaúchas, bem como, as atletas que as integram, encontram-se em regiões e municípios mais desenvolvidos.

Esse quadro não é exclusividade do Rio Grande do Sul. Em âmbito nacional, estudos anteriores trouxeram dados sobre as atletas convocadas para uma Seleção Brasileira de voleibol de base, as quais atuavam em apenas cinco dos 26 estados (mais Distrito Federal) do Brasil (ROTHER, 2015). Este estudo evidencia que os investimentos estão concentrados em alguns estados, ficando o trabalho de formação de atletas com nível para integrar uma seleção nacional restrito a uma minoria de federações.

Este mesmo cenário é confirmado em dados apresentados pela Infoesporte (2014), em relação às principais ligas esportivas profissionais do Brasil. A Figura 2 resume a participação de equipes em competições nacionais, nas modalidades mais populares no Brasil: Liga Nacional de Futsal, NBB (Liga Nacional de Basquete masculino), LBF (Liga de Basquete Feminino) e as Superligas de voleibol, masculina e feminina. No acumulado das modalidades, 46 dos 68 participantes (67,6%) são da região Sudeste. Mais especificamente na Superliga de voleibol feminino, como pode ser observado na Figura 3, nove das 13 equipes estão sediadas em São Paulo e Minas Gerais.

Figura 2 - Ligas Nacionais das modalidades mais populares do Brasil e a distribuição geográfica das equipes participantes.



Fonte: INFOESPORTE (2014)

Figura 3 - Superliga feminina de 2014/2015 e a distribuição geográfica das equipes participantes.



Fonte: INFOESPORTE (2014)

Mattedi e Nunes (2016), em estudo sobre a territorialidade do esporte no estado de Santa Catarina, concluíram que o esporte tem relação direta com o Desenvolvimento Regional. Os autores afirmam que em regiões mais desenvolvidas, há uma difusão maior do esporte, uma vez que há infraestrutura, equipamentos e profissionais em maior quantidade, o que favorece, inclusive, a obtenção de melhores resultados. Desta forma, acredita-se que a estrutura esportiva em localidades mais desenvolvidas conta com uma infraestrutura melhor do que em locais menos desenvolvidos econômica e socialmente. Talvez esse fato justifique que somente uma das oito primeiras colocadas no ranking das equipes de voleibol infantil não pertença às três regiões mais desenvolvidas do Rio Grande do Sul, neste segmento.

5.2 Percepção objetiva da QV: clubes esportivos

Inúmeros são os possíveis indicadores para qualificar a estrutura dos clubes

que investem no esporte. A quantidade de profissionais que fazem parte da CT de cada equipe e estão envolvidos com os treinamentos e competições é um desses indicadores.

Bojikian (2002) apresenta possíveis causas, de diferentes origens, do mau desempenho no voleibol. Entre elas, cita o treinamento inadequado em qualidade e quantidade, a falta de compreensão dos diferentes estágios de crescimento e de desenvolvimento dos atletas, má alimentação, frequência de contusões e a má recuperação, falta de estrutura psicológica ou social, entre outras. Estes exemplos deixam claro que é fundamental a existência de uma equipe de apoio interdisciplinar, pois profissionais especialistas nas diferentes áreas e cientes das outras dimensões da vida do atleta, atuando de forma conjunta, podem potencializar o desempenho e a saúde física e mental do atleta.

Um estudo realizado por Anfilo e Shigunov (2004) com a seleção masculina de voleibol infantojuvenil retratou a importância de um trabalho harmonioso realizado pela equipe técnica. Este estudo demonstra a preocupação da comissão técnica com o desenvolvimento de um trabalho de alto nível, junto com uma equipe multidisciplinar, o que demonstra a importância de um trabalho de equipe que tenha a capacidade de contribuir com a melhora da prática desportiva. O objetivo maior é conseguir bons resultados, mas sem deixar de lado o bem-estar dos jogadores.

Em outro estudo, que versou sobre a importância da presença do nutricionista em equipes esportivas profissionais, foram identificados, na perspectiva da diretoria dos clubes esportivos, os profissionais que consideravam mais importantes no processo de treinamento e montagem da equipe. O técnico e o preparador físico foram os membros da CT relacionados como mais importantes (RIGOBELLO; CONDE; ROTHER, 2015). Os autores também relataram que a falta de algum profissional nas CT's das equipes, geralmente, é motivado por questões financeiras. Em outro estudo sobre temática semelhante, mais especificamente quanto ao médico fisiologista, concluiu-se que a *performance* desportiva ou o rendimento de alto nível depende de um trabalho de equipe multidisciplinar (SILVA, 2000). A importância é tamanha que, quando se trabalha com um grupo de profissionais

especializados em busca de um mesmo objetivo, o desempenho dos atletas ou da equipe atinge níveis altíssimos.

Se forem consideradas as equipes de voleibol infantil do RS, mesmo estando em regiões desenvolvidas e em municípios com bom IDHM-R, ainda se percebe uma disparidade bastante grande entre elas. Quanto aos profissionais presentes, além do técnico, 50% das equipes conta com mais um ou dois profissionais; 25% das equipes chega a contar com cinco a sete profissionais envolvidos.

Entre o grupo de possíveis profissionais, merece destaque o que atua na condição de técnico responsável. Os resultados demonstram que a titulação mínima de todos os profissionais envolvidos, presentes em todas as equipes, é graduação em Nível Superior, em Educação Física. Em muitos casos, sozinho em treinamentos e jogos, acumula funções que vão desde secretário, preparador físico, presidente, a roupeiro e organizador dos materiais esportivos da equipe.

Entretanto, Franulovic (2005) atenta para a importância deste profissional para estimular a adoção de um estilo de vida saudável e a promoção da QV das pessoas que o rodeiam. A autora afirma, ainda, que quanto mais qualificado for este profissional, melhor será o seu resultado nessa jornada. Todavia, ela lembra a responsabilidade compartilhada, ou seja, que ele deve contar com o auxílio de outros profissionais ligados à área da saúde e afins.

Embora os resultados encontrados não apontem uma relação significativa entre a QV e a quantidade de profissionais atuantes nas CT's das equipes ($F=0,93$; $p=0,55$), as falas das atletas sinalizam para essa relação. Indagadas sobre os benefícios da prática do voleibol para sua QV, citaram o apoio do nutricionista para a aquisição de hábitos mais saudáveis. Além disso, verificou-se uma relação significativa entre a quantidade de profissionais atuantes nas CT's e a posição no ranking dessas equipes ($r=0,54$; $p=0,03$).

Santos (2009) corrobora com Franulovic (2005) ao afirmar que seria impossível um só profissional dar conta de tamanha responsabilidade, mas salienta que o professor de Educação Física é o principal agente; por isso, interfere

diretamente na promoção da QV de seus alunos. A autora traz referências de documentos que dizem que esta é uma das funções deste profissional. A autora cita, ainda, a Carta Brasileira de Educação Física (CONFEEF, 2000), que afirma que o profissional de Educação Física deve promover um estilo de vida ativo nos brasileiros e promover a QV da população. Já o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física (CONFEEF, 2003, p. 134) menciona que “a Educação Física afirmasse, segundo as mais atualizadas pesquisas científicas, como atividade imprescindível à promoção, à preservação da saúde e à conquista de uma boa QV”.

Ratificando essa importância, encontra-se no Manifesto Mundial da Educação Física (FIEP, 2000), uma afirmação sobre o consenso universal de que a Educação Física é o mais eficaz e o melhor de todos os meios de conduzir as pessoas no desafio para uma vida mais ativa, mais saudável e com melhor QV.

Embora vários documentos apontem para a responsabilidade deste profissional na promoção da QV, os resultados do presente estudo apresentaram um cenário de sobrecarga para o professor de Educação Física, que atua no voleibol infantil feminino gaúcho. Mesmo que mais da metade deles (56,2%) tenha alguma especialização acadêmica e a maioria significativa (87,5%) já tenha participado de cursos de qualificação da CBV, como a remuneração no esporte é considerada por estes profissionais “mediana”, são obrigados a atuarem em outros contextos além ou fora do voleibol, ou com cargas horárias semanais excessivas. Somente 25% dos técnicos informaram que trabalham exclusivamente com voleibol, além dos dois técnicos que registraram trabalhar 80 horas semanais.

Pereira e Hunger (2003), ao estudarem o perfil do técnico de voleibol em São José dos Campos/SP, encontraram semelhanças com os resultados aqui apresentados. Os técnicos também possuíam Ensino Superior; contudo, perceberam que os conteúdos das disciplinas na graduação foram insuficientes, sendo, por isso, necessários cursos de atualização e de aprofundamento para atuarem no voleibol.

Soriano e Winterstein (1998), numa pesquisa de satisfação realizada com professores de Educação Física de São Paulo que atuam em escolas públicas e privadas, descobriram que, mesmo considerando a remuneração abaixo do que

deveriam receber, estavam satisfeitos com sua atuação profissional. Numa pesquisa com professores do Vale do Taquari/RS, Rother et al. (2014) encontraram o mesmo cenário: professores consideram que a remuneração é baixa, mas estão satisfeitos com a vida profissional e com boa QV. Seja atuando na Educação Física Escolar, seja em equipes esportivas, é perceptível a semelhança no que diz respeito à remuneração (baixa ou média) e sua satisfação na atuação profissional, pois 100% dos técnicos aqui entrevistados relataram ser o voleibol sua principal prioridade profissional, ainda que apenas 25% deles atuem exclusivamente na modalidade.

Outros fatores indicativos das condições financeiras e estruturais das instituições que mantêm as equipes são os benefícios materiais oferecidos e/ou cobrança de valores para participação nas atividades e eventos. A literatura carece de estudos que descrevam o cenário do esporte amador nacional. Raramente encontram-se na literatura referências como as trazidas por Silva e Moraes (2010), que quantificaram em R\$ 46.177,04, o gasto por atleta/ano da categoria infantil, despendido pelo clube Grêmio de Foot-Ball Porto Alegrense. Neste custo de formação de atleta entram todos os gastos direta ou indiretamente relacionados ao processo formativo, sejam despesas com alimentação, vestuário, educação, assistência social, transporte, entre outras, e, posteriormente, divididos pela quantidade de atletas da categoria. Segundo o estudo de Soares et al. (2011), jogadores de futebol da categoria infantil pertencentes ao Sport Club Internacional de Porto Alegre recebem mensalmente cerca de 200 dólares de ajuda de custo. Porém, esta é uma realidade muito distante da encontrada no voleibol infantil do RS, uma vez que 56,3% das atletas afirmam pagar mensalidade para participar de treinamentos e 37,5%, para participar de competições com a sua equipe.

Segundo as informações colhidas com as equipes de voleibol, os benefícios comumente oferecidos aos atletas são materiais esportivos e bolsas de estudo (ambos em 37,5% das equipes). Considerando que os benefícios resultam de parcerias e de patrocínios realizados pelas instituições com fornecedores de material esportivo e com escolas, se comparados aos exemplos do futebol citados acima, não podem ser considerados custos, pois não saem do caixa do clube. O estudo de Rigobello, Conde e Rother (2015) cita como exemplo dessa situação que somente

um terço dos nutricionistas esportivos de equipes profissionais do Vale do Taquari/RS são contratados com carteira assinada. O restante mantém parcerias na forma de troca de serviços, exposição na mídia, entre outros interesses, para conseguir oferecer o serviço de apoio nutricional aos seus atletas; portanto, não gastam verbas do caixa para oferecer esse tipo de serviço.

De Oliveira e Colagari (2014) reforçam as dificuldades enfrentadas pelo voleibol de base brasileiro, citando como exemplos as condições de moradia, o transporte, a alimentação, a ajuda de custo, o material esportivo, a escola e o plano de saúde. Como possível solução, os autores citam projetos de captação de recursos junto a leis de incentivo federais, estaduais e municipais e proposição de parcerias em forma de permutas com escolas, restaurantes, imobiliárias, confecções, faculdades, empresas de transporte e/ou prefeituras municipais.

Como as dificuldades financeiras são comuns às instituições, poucas conseguem oferecer a estrutura ideal, pois os recursos disponibilizados nem sempre são suficientes. Nesse caso, os custos abarcados pelas atletas e por seus familiares contribuem para a manutenção da prática do voleibol. Muitas vezes, por causa da precária condição econômica da família, torna-se impossível arcar com os custos de manutenção de atletas de ótimo potencial, que acabam se perdendo (DE OLIVEIRA; COLAGARI, 2014).

5.3 Percepção objetiva da QV: perfil das atletas

Um estudo relativo ao contexto esportivo afirma que as famílias exercem uma influência significativa no desenvolvimento do talento durante a infância e no início da adolescência (WEINBERG; GOULD, 2001). Mas essa influência não se resume às influências ou às pressões dos familiares. O jovem atleta, ao estar vinculado a uma equipe que não tem condições de oferecer uma ajuda de custo, segue dependendo financeiramente da família (DE OLIVEIRA; COLAGARI, 2014). Conforme já dito anteriormente, a situação econômica dos clubes é um fator dificultador para o desenvolvimento esportivo dos jovens. Nesse caso, o suporte

financeiro da família acaba sendo a única forma para prosseguir na formação esportiva.

Ao analisar o perfil das atletas infantis femininas do voleibol gaúcho, percebe-se que sua origem está em classe econômica privilegiada, que pode bancar os custos citados. Essa condição está expressa nos resultados da pesquisa na qual 93% das entrevistadas consideram-se pertencentes ou à classe média (62%), ou à classe média alta (31%); 63,9% estudam em escolas particulares; 95,9% moram com seus pais; 81,6% integram uma equipe do mesmo município onde residem. Ainda assim, 53,8% recebem algum tipo de benefício de suas equipes. Vale lembrar que já foi mencionado anteriormente que as regiões e municípios onde residem as atletas com suas famílias são algumas das que apresentam os melhores resultados no IDHM do Estado.

Em estudo realizado no Distrito Federal, a partir de depoimentos de atletas profissionais de diversas modalidades (não futebol) sobre o contexto vivido durante sua formação, 71,6% afirmaram que suas famílias poderiam ser classificadas como de classe A e B, corroborando com os resultados aqui encontrados e contrários à crença popular de que a maioria dos atletas tem origem em contextos de baixa renda (SILVA; FLEITH, 2010). Cabem aqui algumas questões: os jovens oriundos de classes economicamente menos favorecidas não têm interesse pelo voleibol? Ou é a modalidade que não chega até estas pessoas? São os custos para iniciar e manter-se praticando que as afastam desta modalidade? Os custos elevados elitizam a prática quando se trata de populações residentes e clubes sediados em regiões mais desenvolvidas? Os resultados aqui encontrados não possibilitam obter respostas definitivas para estas questões, mas ficam em aberto para reflexões e sugestão para possíveis estudos futuros.

Bojikian (2013), investigando atletas da Superliga feminina, principal competição profissional do voleibol brasileiro, obteve respostas relativas a questões econômicas no sentido de 100% das atletas considerarem o retorno financeiro como aspecto fundamental para permanecerem no esporte de alto nível; 20% desistiriam da prática, caso não recebessem uma boa proposta de renovação. Além disso,

foram mencionados pela autora, como as principais causas da efetiva desistência da carreira, dar seguimento aos estudos (36,7%); dificuldades financeiras (27,3%). Estes dados reforçam a importância do aspecto econômico como limitador ou potencializador para o aprofundamento da prática no esporte de rendimento.

Certamente, atletas que tenham à sua disposição recursos suficientes para o desenvolvimento de suas potencialidades estão bem encaminhados para um futuro promissor. Mesmo assim, não podem ser desconsiderados na história do esporte nacional, os exemplos de atletas medalhistas olímpicos do atletismo que enfrentaram várias adversidades e que, mesmo sem incentivo e acesso aos recursos apropriados, alcançaram destaque em suas atividades (RUBIO, 2006).

Estudos que relacionam características socioeconômicas devem ser aprofundados e interpretados com cuidado. Hallal et al. (2005) comentam que o nível de atividade física de pessoas de baixa renda tende a ser alto em virtude da ocupação profissional, que, geralmente, apresenta exigências físicas no dia a dia. Em contrapartida, os autores lembram que atividades voltadas para o lazer são caracterizadas como sendo uma opção das pessoas que têm tempo para isso, ou seja, que contam com uma condição econômica favorável. Conforme comentado, é tema para investigações mais aprofundadas.

5.4 QV subjetiva: escores gerais e domínios percebidos

A QV, ao considerá-la como algo multidimensional e subjetivo, pode ser percebida de forma diferente por duas pessoas que vivem num mesmo contexto. Sendo a percepção do indivíduo em relação à sua posição na vida no contexto da cultura e do sistema de valores no qual ele vive, bem como, seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (THE WHOQOL GROUP, 1995), mesmo que todas as variáveis apresentadas como condições objetivas atuem de forma negativa, ainda assim, podem ser obtidos resultados positivos em escores subjetivos.

Esta afirmação ajuda a compreender a diversidade de resultados encontrados quanto à influência da prática do voleibol na QV das atletas investigadas. Mesmo

que a maioria (87,6%) tenha afirmado que a influência é positiva, ou seja, uma promove a outra, citando benefícios como bem-estar, amor pelo vôlei, novas amizades e lugares novos proporcionados pelas viagens com a equipe, valores morais aprendidos, entre outros, ainda assim, 10% afirmaram ser positiva e também negativa a participação em equipes, pois, além destes aspectos citados, também sofriam interferências, como, por exemplo, pouco tempo livre para atividades sociais e descanso, aumento do estresse e problemas com os estudos. Este último item foi citado pelo único caso que apontou a prática como influência negativa na QV.

Estes resultados condizem com o apresentado na literatura. Cunha, Pérez Morales e Samulski (2008) encontraram resultados expressivos da prática esportiva regular e continuada sobre a QV, sejam em aspectos biológicos, psicológicos e sociais. A atividade física está positiva e diretamente relacionada com a QV de adolescentes, embora as quantidades e cargas a serem realizadas não estejam referenciadas precisamente nos estudos que investigam a temática (RÜSER et al., 2014; TAGHIZADEH et al., 2013; NICHOLLS et al., 2014; CASEY et al., 2014; MEYER et al., 2014; GRAO-CRUCES, 2014; GONZALES et al., 2014; XU et al., 2014). Mais precisamente no voleibol, Simões (2011) investigou a percepção da QV de diferentes categorias e idades e encontrou a percepção de um alto nível de satisfação geral.

Os escores de QV apresentados pelas atletas a partir da aplicação do instrumento WHOQOL-bref foram considerados como bons, de acordo com a escala proposta por Padrão (2008), seja se for considerado como escore geral, seja nos domínios Físico, Psicológico, Social e Ambiental. Percebe-se também paridade entre os bons resultados em todos os domínios. Percebe-se, contudo, significativa diferença somente entre os domínios Social e Psicológico (maior e menor escore).

O que também condiz com a literatura foram os escores maiores encontrados no domínio Social. Cunha, Pérez Morales e Samulski (2008) encontraram resultados maiores de QV quando há “união do grupo”; e piores, quando há “problemas de relacionamento social”, aspectos ligados à dimensão social. Marchi et al. (2010) avaliaram a QV de atletas femininas profissionais e encontraram o domínio Social

como o mais evidente. Correia e Tomazoni (2010) obtiveram os mesmos resultados, em pesquisa com atletas universitárias. Gonçalves, Melo e Pereira (2009) apontam entre os benefícios da prática do voleibol as novas relações sociais que ocorrem a partir dela. Freitas e Tubino (2003) concordam e vão além, citando a inclusão social, a coesão e a convivência intergrupos como fatores favorecidos pela prática do voleibol.

Em estudo de Simões (2011), foram encontrados os aspectos físicos e psicológicos como os que exerceram maior influência na percepção de QV. Embora a autora tenha investigado também equipes de voleibol de base, seu estudo contemplou a opinião de atletas masculinos e femininos.

Ainda que a dimensão Psicológica tenha recebido os menores escores, não significa que esteja com níveis baixos de classificação. Para Padrão, os 67,7 pontos colocam esse domínio como bom, no mesmo nível do domínio Social, o de maior escore. Em relação ao Psicológico, Simões (2011) faz uma ressalva quanto aos resultados que encontrou em seu estudo, afirmando que o período da coleta dos dados pode interferir nos escores de um ou de outro domínio. A autora exemplifica que, durante o período competitivo, quando ocorre maior quantidade de partidas, atletas jovens podem sentir-se mais motivadas para competir. Já atletas profissionais podem sentir-se pressionados pela necessidade de vencer, o que aumenta o estresse e interfere na QV. Como os resultados do estudo aqui discutidos foram coletados durante o período de seis meses, foram abrangidos momentos de início, meio e fim da temporada competitiva. Assim, não foi possível controlar esta variável citada pela autora.

Almeida, Gutierrez e Marques (2012) argumentam que as condições subjetivas da QV, como as expectativas, objetivos e sistema de valores de duas pessoas podem ser diferentes, mesmo que vivam num mesmo local e tenham as mesmas condições econômicas. Esse argumento também se aplica aos atletas de uma mesma equipe, que podem estar mais ou menos satisfeitos com a sua QV, rendimento, oportunidades na equipe, entre outras variáveis.

Mesmo que o domínio “Ambiental” não tenha se destacado com o maior

escore, uma questão deste domínio recebeu a maior pontuação no questionário WHOQOL-bref. A satisfação com as condições de moradia foram avaliadas com média 4,4 pontos, numa escala de um a cinco. Estes dados são coerentes com os socioeconômicos e demográficos já apresentados, pois as atletas moram com seus pais, em condição social média ou média alta, bem como, os municípios onde residem são considerados como ótimos, conforme o IDHM (PNUD, 2014).

Entre as questões não tão bem pontuadas, lembrando novamente que os escores foram considerados bons, mas baixos se comparados com as pontuações de outras questões do instrumento WOQOL-bref, chama atenção a incapacidade para concentrar-se, a falta de opções de lazer e a insatisfação com o sono.

Primeiro, quanto as opções de lazer, nota-se que as atletas não consideram a prática do voleibol como uma das opções. Ferreira e Najjar (2005) comentam a importância de ações que levem jovens a praticar atividades físicas regularmente. Os autores incentivam o poder público a ofertar espaços esportivos destinados ao lazer a grupos sociais e demais possíveis frequentadores destes espaços, sejam crianças, adultos ou idosos. Ainda que, na visão dos autores, a prática esportiva regular possa ser considerada lazer, na das atletas parece que não é. Sugere-se, então, considerar a oferta de outros tipos de atividades de lazer que não sejam o voleibol, para as atletas infantis gaúchas.

Weinberg e Gould (2001) comentam que atletas iniciantes devem encarar de forma lúdica o esporte, mesmo quando participam de competições. Simões (2011) encontrou diferenças no comportamento de atletas de voleibol de categorias iniciantes se comparados a profissionais, no que diz respeito à forma como encaram as competições. Os do primeiro grupo se motivam e se divertem com a possibilidade de viajar e disputar partidas. Já os do segundo grupo têm a responsabilidade e a pressão pelo resultado, por tratar-se da sua atividade profissional. Embora as atletas gaúchas aqui investigadas possam ser consideradas iniciantes na carreira esportiva, percebe-se que dão um significado similar ao das atletas profissionais, responsabilizando-se pelo resultado e considerando a atividade como um tipo de trabalho que vai além de simples diversão ou lazer.

Em relação às respostas dadas quanto à insatisfação com o sono e o poder de concentração, Mello et al. (2005) encontraram resultados diferentes com adolescentes praticantes de atividade física regular. Os autores observaram melhoras em aspectos como sono, estado de humor, depressão, ansiedade e capacidade cognitiva como memória e aprendizagem, a partir da prática frequente. Weinberg e Gould (2001) preocupam-se com estes importantes aspectos ligados diretamente ao desenvolvimento de crianças e adolescentes. Os autores relacionam o sono e o poder de concentração como aspectos que interferem na QV, na saúde, no desenvolvimento biológico e cognitivo, além de limitar a performance. Além disso, reforçam a importância desses aspectos se estiverem ligados a adolescentes em fase de crescimento ou a atletas de esportes de rendimento. Brandt et al. (2010), ao estudarem o estado de humor de velejadores durante os jogos Panamericanos, verificaram que quanto pior a qualidade do sono, descanso e repouso dos atletas antes das provas, maiores foram seus níveis de estresse e fadiga após as competições.

Azevedo e Azevedo (2016) realizaram estudos com adolescentes que usaram Tecnologias de Informação e Comunicação por períodos excessivos, levando-os à privação de horas adequadas de sono. Como consequências, observaram sonolência diurna excessiva; alterações na atenção, na consolidação da memória, na concentração, no raciocínio e nas habilidades psicomotoras, com repercussões no rendimento acadêmico do estudante. Os resultados encontrados com as atletas gaúchas de voleibol não permitem fazer qualquer tipo de associação com o uso das novas tecnologias, como fez o estudo de Azevedo e Azevedo (2016), mas, independente do motivo que interfere no sono, é fato que, se as consequências do uso excessivo dessas tecnologias interfere no dia a dia de adolescentes “normais”, as consequências serão ainda piores, quando se trata de adolescentes “atletas”, que buscam ótimo rendimento nas atividades esportivas e necessitam estar despertos, atentos, concentrados, com energia e disposição para realizar com excelência as atividades propostas nos treinamentos.

5.5 Treinamento, desempenho esportivo e QV de atletas e equipes

Como as atletas e equipes investigadas foram da categoria infantil, as idades médias ficaram em 14,1 anos, respeitando a obrigatoriedade de estarem entre 14 e 15 anos completados no ano de 2016. Segundo o regulamento de competições da FGV (2016), as atletas podem competir na categoria infantil, se nascidas em 2001, 2002, ou mais novas, durante o ano em que foi realizado este estudo.

Quanto às demais características esportivas apresentadas pelas atletas, a média da estatura das atletas gaúchas foi de 1,69 m, próximo de 1,71 m, valor referido por Bojikian (2004), em estudo realizado num festival nacional de voleibol infantil; e também dos 1,72 m, encontrados por Gaya (1997), em avaliação de atletas infantis participantes dos Jogos da Juventude. Cabe a ressalva que as atletas referenciadas por estes dois autores estavam competindo em nível nacional, o que subentende um nível técnico e físico acima do nível estadual aqui investigado. Madureira et al. (2007), investigando a equipe campeã paranaense de voleibol infantil, encontraram a estatura média de 1,71 m, a mesma média gaúcha, se forem consideradas as duas equipes com a melhor classificação no ranking em 2016.

Mesmo com média semelhante a encontrada em outros estudos, apenas seis das 169 atletas infantis femininas do RS informaram ter entre 1,80 a 1,84 m, o que limita a expectativa quanto à formação de atletas que possam chegar ao alto nível. Sabe-se que na puberdade o estirão de crescimento e a maturação sexual são significativamente diferentes entre meninas da mesma idade, o que possibilita uma alteração nestes resultados num futuro próximo (BEUNEN; MALINA, 1996; BOMPA, 2000). Mas, considerando que este processo normalmente já está perto do final por volta dos 14 anos, acredita-se que as atletas devem apresentar fortes compensações para que raríssimos casos cheguem ao alto nível, mesmo sem uma estatura significativa.

Silva et al. (2003) afirmam que o jogador de voleibol deveria ser alto, ágil, possuir envergadura e altura de alcance elevadas, além de baixa gordura corporal. Guerreiro e Lopez (2003) estudaram o perfil de jovens atletas de voleibol e

confirmaram a estatura e o alcance como indicadores para a descoberta de talentos na modalidade. É consenso na literatura que o somatório das variáveis antropométricas com as de desempenho motor são pré-requisitos para jogar voleibol em alto nível (BOHME, 2007; GUERREIRO; LOPEZ, 2003; SILVA et al., 2003; BARBANTI, 2000).

Rother (2014) e Bojikian (2005) fazem considerações relevantes sobre essas afirmações. O primeiro encontrou nas atletas da seleção brasileira juvenil feminina a ausência de algumas destas características, definindo esse fenômeno como “compensação”. As atletas afirmaram que, na falta de estatura elevada, compensam com maior salto e mais agilidade. Já as que não são muito rápidas, compensam com recursos técnicos e habilidade. Já o segundo autor reforça também que, como o voleibol é um esporte coletivo, o perfil para cada função é diferente; por isso, a estatura pode não ser determinante para alguns atletas, como o “líbero”², por exemplo. Essas considerações sobre as exceções quanto à estatura talvez justifiquem os resultados encontrados com atletas gaúchas, que não apresentam relação significativa entre a colocação no ranking e a estatura das atletas.

Embora a Federação Internacional de Voleibol (FIVB, 1994) sugira que a idade ideal para o início das competições na modalidade é aos 13 anos, as atletas gaúchas informaram ter iniciado a prática, em média, aos 9,9 anos (idade decimal). Bojikian (2004) informa que a maioria dos estados brasileiros inicia as competições antes dos 13 anos, mas, em jogos adaptados, como é o caso do Mini-vôlei, todas as jogadoras atuam em todas as funções, a fim de evitar a especialização numa determinada função tática logo cedo. A autora confirmou num de seus estudos que atletas brasileiras de voleibol infantil começaram a competir, em média, aos 12 anos de idade. Em estudo com atletas profissionais que atuam na Superliga, principal competição de voleibol do Brasil, Ribeiro, Vasconcelos e Santana (2013) descobriram que 85,3% dos atletas iniciaram a prática sistemática entre 10 e 12 anos de idade.

2 Atleta de voleibol que executa apenas ações defensivas, atuando no fundo de quadra e ao qual as regras limitam a liberdade de atuação em algumas situações de jogo. Por atuar na defesa, sua estatura não é o aspecto físico mais relevante para o sucesso na modalidade.

Mesmo não sendo possível estipular uma idade ideal para o início da prática do voleibol, já que é possível a realização de atividades lúdicas e psicomotoras alusivas à modalidade em qualquer idade, esse dado parece ser determinante no desempenho, pois encontrou-se correlação positiva e significativa entre a colocação no ranking e a quantidade de anos que as atletas praticam voleibol. Para modalidades com exigências técnicas muito elevadas, como patinação, natação, ginástica artística, Bohme (2007) sugere um início de treinamento mais precoce do que nas modalidades coletivas, mas parece que este fator, mesmo nas modalidades coletivas, também resulta em melhor desempenho até na idade infantil.

Não foi encontrada correlação significativa entre a pontuação no ranking e a QV das atletas. Mas, se forem consideradas as relações entre a satisfação individual ou da equipe com o desempenho, o quadro foi diferente. Entre as mais satisfeitas individualmente, quanto maior a pontuação no ranking, maiores são os escores de QV. Quanto ao rendimento coletivo da equipe dentro do grupo das que estavam pouco satisfeitas, quanto melhor a pontuação no ranking maior o escore de QV. Já entre as que consideram o rendimento muito satisfatório, quanto melhor a colocação no ranking, pior o escore de QV.

Estes dados confirmam algumas referências da literatura quanto à subjetividade da percepção de QV. Enquanto individualmente a QV aumenta conforme melhora o ranking, colegas de equipe podem entender que sua QV piora conforme a equipe pontua mais. Becker (2002) atenta ao fato de que atletas na condição de suplentes/reservas podem ter percepções relativas a vários aspectos diferentes dos titulares, o que pode justificar estes resultados. Brandão (1996), em estudo realizado com a seleção masculina de voleibol do Brasil, identificou opiniões distintas quanto ao rendimento da equipe em treinamentos e jogos, se forem comparadas entre jogadores titulares e suplentes.

A carga de treinamentos, definida pelas horas semanais informadas pelas atletas gaúchas, é coerente com o indicado na literatura, mas com alguns desencontros entre o que as equipes oferecem (9 horas em média) e o que as atletas realizam (10,4 horas em média). Esses desencontros ocorrem, porque, além

de treinar com a categoria à qual pertence no seu clube, muitas vezes, também competem em categorias superiores dentro próprio do clube ou em outras equipes, como as da escola, por exemplo.

Entre as equipes infantis brasileiras de voleibol feminino, há grande variação nas horas destinadas ao treinamento. Segundo Bojikian (2004), 59,4% das equipes que investigou treinavam de 9 a 13 horas semanais; 21,8%, de 14 a 17 horas semanais. Na mesma modalidade, idade e sexo, na Alemanha, um estudo de Martin, Carl e Lehnertz (2001) sugere 10 horas de treinamento semanal. Estes autores ressaltaram os possíveis prejuízos ao desenvolvimento de atletas desta idade, que treinam entre 18 a 20 horas por semana. Argumentam que se deve buscar maior eficácia e qualidade no treinamento em detrimento do aumento do número de horas.

Embora a carga de treinamento realizada seja condizente com o indicado pela literatura, ainda assim as atletas gaúchas demonstraram correlações negativas e significativas entre os escores de QV e a carga de treinamentos, tanto para o realizado em suas equipes ($r=-0,2$; $p=0,01$), quanto o realizado no total ($r=-0,15$; $p=0,04$), ou seja, somadas as de seus clubes, demais categorias e em outras equipes. Desta forma, pode-se afirmar que quanto maior a carga de treinamento, menores os escores de QV.

Alertas sobre os perigos deste tipo de prática já foram feitos em outros momentos (ROTHER, 2015). Quando atletas treinam sob a supervisão do mesmo técnico responsável, ainda que isso não evite excessos, é mais fácil controlar a carga de treinamentos, o que raramente ocorre quando a atleta treina em mais de uma equipe ou em mais categorias. Mesmo que os diferentes técnicos tenham boa intenção e conhecimentos adequados para o exercício da profissão, eles não contam com um trabalho integrado com outros profissionais que também atuam com a atleta, em outras categorias e em outras equipes. Montagner e Silva (2003) alertam para outro inconveniente neste tipo de procedimento. Além de poder causar riscos à saúde e à QV, geralmente, esse fato ocorre com atletas que demonstram maior potencial esportivo. No intuito de acelerar seu desenvolvimento, podem ser causados danos como lesões ou um possível abandono futuro.

Ainda, como alerta, se no voleibol infantil feminino gaúcho 31,1% das atletas jogam em categorias superiores e 27,2% em outras equipes além do clube, a análise estatística, ao relacionar as cargas de treinamento e o desempenho, evidenciou que as horas realizadas com a equipe foram significativas para uma melhor posição no ranking, já as realizadas no total semanal pela atleta, não. Esses dados confirmam que a falta de trabalho integrado entre profissionais de categorias distintas e/ou entre equipes de clubes e escolas pode resultar não só em reflexos negativos à QV, como também ao desempenho.

Mesmo que não seja possível uma análise do treinamento com profundidade sem saber o que é realizado em cada sessão, já foi comentada a importância do profissional no papel de técnico responsável, para a qualificação desse treinamento. Faz parte da sua formação o cuidado com a promoção de hábitos saudáveis e com a QV; por isso, deve considerar esses dois aspectos durante os treinamentos e competições da sua equipe. Os resultados aqui encontrados evidenciam uma relação positiva e significativa entre o treinamento e o rendimento, mas está nas mãos deste profissional a responsabilidade de avaliar o momento em que o aumento das cargas começa a interferir na promoção do bem-estar, da saúde e da QV das atletas em formação.

Ainda em relação aos técnicos, cabe comentar as respostas dadas por eles ao serem indagados sobre como definem QV. As respostas foram coerentes com o indicado pela literatura, pois compreendem a pessoa como ser multidimensional, que tem interesses e influências psicológicas, sociais, físicas, entre outras. Fleck et al. (1999b) apresentaram seis domínios da QV: físico, psicológico, nível de independência, das relações sociais, ambiental e aspectos espirituais. Ao seguir esta perspectiva com suas atletas, o técnico compreende as particularidades da criança ou do adolescente e pode lidar melhor com a promoção da QV deles. Como a QV é a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida no contexto da cultura e do sistema de valores no qual ele vive, considerando seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (THE WHOQOL GROUP, 1995), este fator pode ser determinante nos resultados obtidos neste estudo.

Não se pode perder de vista que os resultados sobre os níveis de QV das atletas gaúchas foram bons e que as correlações com o treinamento somente indicam uma tendência de piora de acordo com o aumento da carga de treinamentos. A partir dos dados do presente estudo, não é possível definir a qualidade do treinamento realizado com as equipes gaúchas, mas há alguns indicativos que, se forem combinados os resultados, podem justificar os bons escores de QV. São eles: baixos índices de lesão; baixa rotatividade/*burn out* de atletas; não especialização precoce; atuação em várias funções do jogo no processo de formação da atleta; alto índice de atletas que seguem jogando nas mesmas equipes em que iniciaram a prática; satisfação com o nível de exigência quanto a treinamentos e jogos; adequabilidade do tempo de recuperação após treinos e jogos. A literatura é farta quanto à indicação destes fatores como benéficos na formação de atletas (BECKER, 2002; WINBERG; GOULD, 2001; BOHME, 2000; BOHME, 2007; MONTAGNER; SILVA, 2003; PERES; LOVISOLO, 2006; CORREIA; TOMAZONI, 2010; CUNHA; PÉREZ MORALES; SAMULSKI, 2008; DANTAS, 1995; DE ROSE, 2002; FREITAS; TUBINO, 2003; GASPARI; SCHWARTZ, 2001; JÚNIOR; PASTRE; MONTEIRO, 2004).

A quantidade de competições disputadas, um aspecto a ser discutido, apresenta uma certa ambiguidade. Verificou-se uma correlação positiva e significativa entre a quantidade de partidas disputadas numa temporada e a colocação final da equipe no ranking. Mas a literatura contesta o argumento de que disputar muitas partidas limita o tempo de preparação das atletas. Ou seja, num período em que o treinamento tem um caráter pedagógico no aprendizado dos fundamentos e técnicas do esporte, pode prejudicar o desenvolvimento técnico da atleta (BARBANTI, 2000; ALVES; COSTA; SAMULSKI, 2006). Ainda a discutir: não foi encontrada correlação significativa entre a quantidade de partidas disputadas e a QV, mas as atletas afirmam que são as competições que favorecem as experiências, conhecer locais e pessoas novas, conquistar momentos de alegria e de superação, o que as motiva a seguir praticando o voleibol.

Os dados apontam que o técnico responsável assume novamente papel de protagonista nos rumos do que ocorre na vida das atletas, quando decide a

quantidade de partidas a serem disputadas numa temporada. Os estudos de Becker Jr (2002), Bojikian (2002), Gáspari e Schwartz (2001) e Paim (2003) convergem na ideia de que as competições são benéficas, desde que tratadas de tal forma que tragam benefícios e experiências positivas para a formação do atleta. Greco (1997) comenta que, quando se desrespeitam os princípios do treinamento e as necessidades do iniciante, ocorrem danos incalculáveis à sua formação. Como os resultados encontrados relacionam a quantidade de partidas ao melhor rendimento, as competições mostram-se necessárias à aquisição de habilidades inerentes a uma ótima performance. Mas, para não interferir na QV, o treinador deve ter “*feeling*” ao acompanhar o dia a dia da atleta. Essa percepção pode ser obtida conversando com as atletas ou até mesmo aplicando instrumentos de percepção do esforço, níveis de estresse ou mesmo escores de QV, o que parece ser uma possibilidade interessante.

Conforme já mencionado, todos os técnicos das equipes infantis gaúchas têm formação acadêmica, especializações e/ou cursos de capacitação, além de anos de atuação com treinamento de atletas em formação. Esta qualificação certamente é um indicativo que colaborou para a obtenção dos bons resultados nos escores de QV apresentados pelas atletas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo avaliou a percepção da QV das atletas infantis do voleibol gaúcho, quantificou as cargas de treinamentos e de competições das equipes as quais integram, classificou o desempenho esportivo destas equipes e analisou as relações existentes entre a carga de treinamentos das atletas, o desempenho esportivo das equipes e os domínios físico, social, psicológico e ambiental da QV.

Quanto à percepção sobre a QV, foram considerados aspectos objetivos e subjetivos. Os aspectos objetivos apontaram que as equipes participantes das competições federadas gaúchas estão concentradas nas regiões economicamente mais desenvolvidas do Estado e que as atletas praticantes de voleibol federado tem origem em famílias com boas condições financeiras. Essa constatação é reforçada pelos dados que apontam que 68,8% das equipes participantes deste estudo pertencem a municípios gaúchos listados entre os 20 melhores IDHM do Rio Grande do Sul e que 93% das atletas participantes consideram-se pertencente à classe média (62%) e/ou média alta (31%).

Já quanto aos aspectos subjetivos, observou-se que as atletas apresentam escores de QV considerados bons para todas as dimensões analisadas, com destaque para a Social, que apresentou maior pontuação. As atletas ressaltaram como aspectos da prática esportiva que interferem positivamente na sua QV, o amor e o bem-estar que sentem ao praticar voleibol; os benefícios para a saúde; a oportunidade de fazer novas amizades, de viver experiências diferentes e de conhecer novos lugares; o estímulo ao trabalho em equipe e os valores morais

aprendidos. Ações em prol da melhoria ainda maior da QV devem considerar as citações das atletas quanto ao pouco tempo livre para atividades de lazer e para o descanso, além de dificuldades em conciliar o esporte com o estudo. O estresse e a ocorrência de lesões também foram lembrados pelas atletas como aspectos negativos que influenciam na QV.

A partir destas informações e considerando que são atletas em formação, sendo fundamental a aquisição do gosto pela prática do voleibol para que prossigam futuramente, fica a sugestão aos professores, técnicos e demais profissionais envolvidos nas equipes, de uma quantificação adequada do tempo livre e do acompanhamento escolar das atletas. Estes fatores são indicadores potenciais de promoção da sua QV.

Outro objetivo investigado neste estudo foi quantificar a carga de treinamentos e competições disputadas pelas atletas e suas equipes. Percebeu-se que as atletas praticam além das horas semanais oferecidas por seus clubes, como na escola, por exemplo. Ainda assim, as 10,4 horas, em média, de treino estão dentro do indicado pela literatura especializada. Nesse sentido, a reflexão acerca da “qualidade” do que é realizado nestas práticas é mais importante do que a “quantidade” de horas praticadas. Este estudo limitou-se a quantificar as horas e a questionar a satisfação das atletas quanto ao treinamento, mas outros dados encontrados apontam para uma possível qualidade positiva, como baixos índices de lesões, pouco abandono e rotatividade das atletas, a não especialização precoce, dando longevidade à carreira esportiva e à quantidade de anos que as atletas seguem inseridas na prática.

Em relação à quantificação da participação em competições, os resultados são muito heterogêneos entre as equipes. Além da variável econômica, percebe-se como definidor da quantidade de competições e jogos a serem realizados numa temporada, a vontade e a importância que os técnicos das equipes dão a este tipo de atividade. Embora haja relações entre a quantidade de jogos e o rendimento das equipes e as atletas relatem que as competições são um importante fator motivador para a prática do voleibol, a literatura pede atenção para que uma grande quantidade de jogos não interfira na diminuição do treinamento e da aquisição das

técnicas básicas, já que são atletas em formação, sendo a idade indicada como o momento mais adequado para o aprendizado.

A quantidade de jogos disputados numa temporada não apresentou relações com a QV, mas, sim, com o desempenho no ranking. Além disso, as atletas citaram a participação em competições como fator motivador para a prática do voleibol. Desta forma, os resultados indicam ser positiva e trazer benefícios para a QV a participação das atletas em competições.

Neste estudo também foi possível classificar o rendimento das equipes através da montagem de um ranking, baseado no utilizado pela FIVB para competições internacionais de base. O uso do ranking evidenciou a superioridade de uma equipe sobre outras durante o período de realização deste estudo. O domínio técnico evidente desta equipe sugere um aprofundamento na forma de Estudo de Caso para nova investigação no futuro. O ranking parece ser o instrumento adequado para classificar a equipe que teve a melhor performance no ano, na categoria, mas, para avaliar todo o processo formativo, o indicado parece ser a utilização de todas as categorias de forma acumulativa.

É comum que um clube tenha apenas uma categoria em evidência, o que pode acontecer por motivos aleatórios e independentes da qualidade do treinamento realizado, como a chegada de uma nova atleta de talento formada em outra equipe, por exemplo. Se for utilizado em todas as categorias em disputa e forem somados os pontos destas categorias, parece um bom instrumento para avaliar o processo de treinamento realizado no TLP. Quantificar pontos para atletas reveladas para seleções estaduais/nacionais e para equipes profissionais da superliga também parece coerente a soma no ranking, já que são indicadores da qualidade do trabalho na base, independente dos títulos nas competições disputadas.

Ao analisar as relações entre as variáveis observadas, foi possível concluir que quanto maior for a quantidade de horas de treinamento, menores são os níveis de QV. Este fato ocorre tanto com atletas que treinam somente numa categoria, quanto com as que treinam em outras categorias ou em outros locais, como clubes ou escolas. Como foi encontrada relação positiva entre o desempenho e as horas

praticadas numa mesma equipe e negativa, quando praticadas em mais de uma, conclui-se que estas horas extras de treinamento, além de não agregarem melhoras ao desempenho, ainda prejudicam a QV. Assim, cabe à atleta e à CT avaliar com cuidado se realmente vale a pena praticá-las.

Ressalta-se que, quando a atleta treina numa única categoria e local, o controle da carga pelo técnico responsável é facilitado e pode interferir positivamente tanto na QV, quanto no desempenho. Já na percepção do rendimento individual da atleta, a relação foi positiva, ou seja, quando percebe que está tendo um bom rendimento, a atleta apresenta maiores escores de QV.

Foram encontradas também relações significativas entre a estrutura apresentada pelas equipes e o desempenho. A quantidade de profissionais envolvidos e de benefícios oferecidos às atletas foram positivamente relacionadas com o rendimento. Cientes das limitações financeiras encontradas no voleibol de base, sugere-se a busca de parcerias, entre outras formas, que viabilizem estes dois fatores, que contribuem para aumento da performance. Ainda, em relação à estrutura, ficou evidente que os clubes que contam com atletas que moram na mesma cidade da sua sede, ou que tem alojamento que possibilite as atletas de fora a morarem nesta cidade aumentam seu rendimento. Vale ressaltar que não foram encontradas relações negativas entre morar em alojamentos ou “Repúblicas” e a QV.

Espera-se que as CT's das equipes de voleibol de base, a partir das informações aqui apresentadas, contribuam com a promoção de ações em prol da QV de suas atletas. Embora não haja estatisticamente relações significativas entre o rendimento e a QV, acredita-se ser importante a consideração desta relação na formação de futuras atletas. Controlando a carga de treino e das competições de forma adequada, previnem-se lesões, recuperam-se os grandes esforços e criam-se ótimas condições para o desenvolvimento das futuras jogadoras.

Como possíveis investigações futuras, foram levantados problemas/questionamentos que merecem ser retomados: os jovens oriundos de classes economicamente menos favorecidas não têm interesse pelo voleibol? Ou é a modalidade que não chega até estas pessoas? São os custos para iniciar e

manter-se praticando que as afasta da modalidade? Os custos elevados elitizam a prática para populações residentes e em clubes sediados nas regiões mais desenvolvidas? Este estudo não se ocupou com a resposta a estas perguntas, mas alerta aos órgãos responsáveis pelo desenvolvimento do voleibol a atentarem à necessidade de intervenção junto a públicos diversos, em diferentes regiões, já que talentos para a modalidade independem destes fatores, mas são fundamentais para o seu desenvolvimento.

Outra possibilidade futura é a aplicação da metodologia aqui utilizada em outras modalidades ou mesmo no voleibol em outros estados. A cultura local pode ser influenciadora nos escores de QV, no rendimento ou nas cargas de treinamento das jovens atletas.

Por fim, conclui-se que foi confirmada a hipótese de que atletas de voleibol infantil feminino que integram equipes filiadas à Federação Gaúcha de Voleibol apresentam níveis altos de QV. Embora a carga de treinamentos se relacione negativamente com a QV, estas equipes parecem não treinar em quantidade suficiente para diminuir os escores nos diferentes domínios.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M.A.B.; GUTIERREZ, G.L.; MARQUES, R. **Qualidade de vida: definição, conceitos e interfaces com outras áreas, de pesquisa**. São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades – EACH/USP, 2012.

ALMEIDA, T.A.; SOARES, E.A. Perfil dietético e antropométrico de atletas adolescentes de voleibol. **Rev. Bras. Med. Esporte**. V.9, n.4, Jul/Ago, 2003.

ALVES, R.N.; COSTA, L.O.P.; SAMULSKI, D.M. Monitoramento e prevenção de super-treinamento em atletas. **Rev. Bras. Med. Esporte**. V.12, n.5, set/out, 2006.

ANFILO, M.A.; SHIGUNOV, V. Reflexões sobre o processo de seleção e preparação de equipes: o caso da seleção brasileira masculina de voleibol infante juvenil. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v.6, n° 1 – p. 17-25, 2004.

ARANDA, L.; TORGA, D; FORTES, L.; BARA FILHO, M G. Influência do treinamento de voleibol na composição corporal de atletas do gênero feminino durante uma temporada regular. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 9, p. 322-326, 2010.

AZEVEDO, D.P.G.D. de; AZEVEDO, N.G.. A relação do sono-aprendizagem e as novas tecnologias de informação e comunicação: um desafio na educação dos adolescentes. In: EVIDOSOL e CILTEC-Online, 13., 10., 2016, Belo Horizonte. **Anais EVIDOSOL e CILTEC**. Editora UFMG, 2016, p. 1. Disponível em <http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/anais_linguagem_tecnologia/article/view/10488/9403>. Acesso em: 27 fev. 2017.

BARBANTI, V. **Teoria e prática do treinamento esportivo**. 2. ed. São Paulo: Edgard Blucher, 2000.

BARBANTI, Valdir. **Teoria e prática do treinamento esportivo**. 2. ed. São Paulo: Edgard Blücher, 2000.

BECKER Jr, B. **Psicologia Aplicada ao Treinador Esportivo**. Novo Hamburgo: FEEVALE, 2002.

BECKER Jr, Benno. **Psicologia Aplicada ao Treinador Esportivo**. Novo Hamburgo: FEEVALE, 2002.

BEUNEN, G.; MALINA, R. M. Growth and biological maturation: relevance to athletic performance. In: BAR-OR. **The child and adolescent athlete**. Oxford: Blackwell Science, 1996.

BOHME, M.T.S. O tema talento esportivo na ciência do esporte. **R. bras. Ci e Mov.** v. 15, n. 1, p. 119-126, 2007.

BOHME, M.T.S. O Treinamento a Longo Prazo e o processo de detecção, seleção e promoção de talentos esportivos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. São Paulo, v. 21, n. 2, p. 4-10, jan/mai. 2000.

BOHME, Maria Tereza Silveira. O tema talento esportivo na ciência do esporte. **R. bras. Ci e Mov.**, v. 15, n. 1, p. 119-126, 2007.

BOJIKIAN, J.C.M.. Vôlei VS Vôlei. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v.1, n.1. p.117-124, 2002.

BOJIKIAN, J.C.M.. Vôlei VS. Vôlei. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 1, n. 1, p. 117-124, 2002.

BOJIKIAN, J.C.M.; SILVA, A.V.O.; PIRES, L.C.; LIMA, D.A.; BOJIKIAN, L.P.. Talento esportivo no voleibol feminino do Brasil: maturação e iniciação esportiva. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v.6, n.3, p.179-187, 2007.

BOJIKIAN, L.P. **Características cineantropométricas de jovens atletas de voleibol feminino**. 2004, nº 212. Dissertação (Mestrado) - Escola de Educação Física e Esporte da USP. São Paulo: USP, 2004.

BOJIKIAN, L.P.. **Processo de formação de atletas no voleibol feminino**. 2013, nº 212. Tese (Doutorado) - Escola de Educação Física e Esporte da USP, São Paulo, USP, 2013.

BOJIKIAN, L.P.. Seleção de futuros atletas de voleibol. In: BOJIKIAN, João Crisóstomo. **Ensinando voleibol**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

BOJIKIAN, Luciana Perez. Seleção de futuros atletas de voleibol. In: BOJIKIAN, João Crisóstomo. **Ensinando voleibol**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

BOMPA, T.O. **Total training for young champions**. Champaign: Human Kinetics, 2000.

BRANDÃO, Maria Regina Ferreira. **Equipe nacional de voleibol masculino: um perfil sócio-psicológico à luz da Ecologia do Desenvolvimento Humano**. 1996,

nº 185. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Educação Física. Santa Maria: UFSM, 1996.

BRANDT, R.; VIANA, M.S.; SEGATO, L.; ANDRADE, A. Estados de humor de velejadores durante o Pré-Panamericano. **Motriz**, Rio Claro, v. 16 n. 4, p. 834-840, out./dez. 2010.

BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Cidades@**. Disponível em: <<http://cidades.ibge.gov.br/xtras/home.php>>. Acesso em: 8 jan. 2017.

BULLINGER, M.; ANDERSON, R.; CELLA, D.; Developing and evaluating cross-cultural instruments from minimum requirements to optimal models. **Qual Life Res.** Oxford, England, 1993.

CALLEGARI-JAQUES, Sídia M. **Bioestatística: princípios e aplicações**. Porto alegre: Ed. Artmed, 2006.

CASEY, M.M.; HARVEY, J.T.; TELFORD, A.; EIME, R.; MOONEY, A.; PAINE, W.; Effectiveness of a school-community linked program on physical activity levels and health-related quality of life for adolescent girls. **BMC Public Health**. 14, 1, 1722-1750, July 2014.

CIESLAK, F.; LEVANDOSKI, G.; QUADROS, T.M.B.; SANTOS, T.K.; JUNIOR, G.B.V.; LEITE, N.. Relação da qualidade de vida com parâmetros antropométricos em atletas juvenis do município de Ponta Grossa-PR. **R. da Educação Física/UEM**. Maringá, v.19, n.2, p.225-232, 2 trim. 2008.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Carta Brasileira de Educação Física**. Rio de Janeiro: CONFEF, 2000.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Resolução CONFEF nº 056/2003** – Código de Ética dos Profissionais de Educação Física. Rio de Janeiro: CONFEF, 2003.

CORREIA, R.; TOMAZONI, F.. Qualidade de vida de atletas de alto rendimento: uma análise do perfil das jogadoras de voleibol dos principais clubes universitários brasileiros. **Mostra de trabalhos da UNICAMP**. Unicamp – Faculdade de Educação Física/Departamento de Ciências do Esporte. Campinas/SP, 2010.

CUNHA, R.A.; PÉREZ MORALES, J.C.; SAMULSKI, D.M.. Análise da percepção de qualidade de vida de jogadores de voleibol: uma comparação entre gêneros. **Rev. Brás. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.22, n4, p.301-10, out./dez. 2008.

DA SILVA, Leticia Medeiros; MORAES, Milene Martins. Contabilidade das entidades desportivas: um estudo sobre a apuração do custo contábil do atleta de futebol em formação do Grêmio Foot-Ball Porto Alegrense. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE

CUSTOS, 17, 2010, Belo Horizonte. **Anais ...** Belo Horizonte: Editora Prática, 2010, p. 41-43.

DANTAS, E.H.M.. **A prática da preparação física**. 3º e. Rio de Janeiro: Shape, 1995.

DE OLIVEIRA, Talmo Curto; COLAGRAI, Alexandre Conttato. Análise longitudinal do processo seletivo das categorias de base infante e juvenil do voleibol feminino do SESI-SP 2011- 2013. In: SINGEP E S2IS, 3., 2., 2014, São Paulo. **Anais...** São Paulo: Editora Prática, 2014. P. 17-19.

DE ROSE JUNIOR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v.10, n.4, p.19-26, 2002.

FEDERAÇÃO GAÚCHA DE VOLEIBOL - FGV. **Filiados**. Porto Alegre/RS. Disponível em <<http://www.voleigaucho.com.br/@2014/filiados.php>>. Acesso em: 1 set. 2015.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE VOLLEYBALL. **Volleyball: FIVB Junior & Youth World Ranking - Women**. Lusanne/Switzerland. Disponível em <http://www.fivb.org/en/volleyball/VB_Ranking_YJ_W_2013-08.asp>. Acesso em: 6 set. 2015.

FÈDÈRATION INTERNATIONALE D'EDUCATION PHYSIQUE – FIEP. **Manifesto Mundial da Educação Física**. 2000. Disponível em <http://www.fiepbrasil.org/index.asp?c=manifestomundialinfo>. Acesso em: 25 fev. 2017.

FERREIRA, M.S.; NAJAR, A.L. Programas e campanhas de promoção da atividade física. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.10, (supl), p. 207-219, 2005.

FIVB. **Textbook coaches: course level II**. Lausanne: Federation Internationale du Volleyball, 1994.

FLECK, M.P.A.. **Versão em Português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida (WHOQOL)**. Departamento de Psiquiatria, UFRGS. Porto Alegre:1998. Disponível em <<http://www.ufrgs.br/psiq/whoqol.html>>. Acesso em 3 set. 2014.

FLECK, M.P.A.; LEAL, O.F.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E.; VIEIRA, G.; SANTOS, L.; PINZON, V.. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS. **Rev Bras Psiquiatria**, São Paulo, 21 (1), 1999.

FLECK, M.P.A.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E., VIEIRA, G.; SANTOS, L.; PINZON, V. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". **Rev. Saúde Pública**, v.34, n.2, p.178-183, 2000.

FLECK, M.P.A.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E., VIEIRA, G.; SANTOS, L.; PINZON, V. Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL -100). **Rev. Saúde Pública**, v.33, n.2, p.198-205, 1999.

FRANULOVIC, P.H.P.C. **Adesão ao exercício físico em programa privado de reabilitação cardíaca**. 2005, 235 fl. Dissertação (Mestrado). Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, 2005.

FREITAS, A. M. de; TUBINO, M. J. G. Aderência às Práticas Esportivas – Contribuição sobre causas de aderências às práticas esportivas na perspectivas do lazer no Rio de Janeiro. **Fitness & Performance Journal**, v. 02, nº 04 Julho/Agosto de 2003.

GÁSPARI, J.C.; SCHWARTZ, G.M. Adolescência, Esporte e Qualidade de Vida. **Rev. Motriz**. Vol.7, n.2, PP.107-113. Jul-Dez, 2001.

GAYA, A.; CARDOSO, M.; TORRES, L.; SIQUEIRA, O. **Os jovens atletas brasileiros**. Série Ciências do Esporte, Brasília: INDESP, 1997.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GONÇALVES, K.S.M.; MELO, S.L.P.; PEREIRA, E.G.B.. Análise da qualidade de vida de praticantes de voleibol de praça na zona oeste do município do Rio de Janeiro. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires. Año 14. Nº 132. Maio de 2009. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd132/qualidade-de-vida-de-praticantes-de-voleibol-de-praca.htm>>. Acesso em: 20 out. 2015.

GONZÁLEZ, E.J.O.; VELEZ, E.F.A.; RODRIGUEZ, C.M.V.; CONTRERAS, A.M.M.; RESTREPO, A.E.; BERRÍO, G.B.; PATIÑO, F.A.; OCHOA, G.M.A. Calidad de Vida Relacionada con la Salud en Un Grupo de Adolescentes de Medellín (Colombia): Asociación con Aspectos Sociodemográficos, Exceso de Peso u Obesidad y Actividad Física. **Revista Colombiana de Psicología**. 23, 2, 255-267, July 2014.

GRAO-CRUCES, A.; NUVIALA, A.; FERNANDEZ-MARTINEZ, A.; PÉREZ-TURPIN, J.A. Association of physical self-concept with physical activity, life satisfaction and mediterranean diet in adolescents. **Kinesiology**. 46, 1, 3-11, June 2014.

GRECO, P.J. I.D.U. Fase central do sistema de formação e treinamento desportivo. In: GRECO, P.J.; SAMULSKI, D.; CARAN JÚNIOR, E. **Temas atuais em educação física e esportes**. Belo Horizonte: Health, 1997.

GUERRERO, J.T.; LÓPEZ, M.B. Evolución morfológica de um grupo de jogadores de voleibol de elite desde su detección hasta la alta competición: estudio comparativo con otros grupos de elite nacional e internacional. In: MESQUITA, I.; MOUTINHO, C.; FARIA, R. **Investigação em voleibol: estudos ibéricos**. Porto: Saúde e Sá, 2003. p.

193.

GUERRERO, J.T.; LÓPEZ, M.B. Evolución morfológica de um grupo de jogadores de voleibol de elite desde su detección hasta la alta competición: estudio comparativo com otros grupos de elite nacional e internacional. In: MESQUITA, I.; MOUTINHO, C.; FARIA, R. **Investigação em voleibol: estudos ibéricos**. Porto: Saúde e Sá, 2003. HALLAL, P.C.; MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R.; ARAÚJO, T.L.; ANDRADE, D.R.; BERTOLDI, A.D. Nível de atividade física em adultos de duas áreas do Brasil: semelhanças e diferenças. **Caderno Saúde Pública**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 573-580, 2005.

INFOESPORTE. **Mapa das principais ligas retrata a desigualdade do esporte no Brasil**. 2014. Disponível em <<http://www.infoesporte.com.br>>. Acesso em: 10 fev. 2017.

INTERDONATO, G.; GREGUOL, M.. Qualidade de Vida Percebida por Indivíduos Fisicamente Ativos e Sedentários. **R. bras. Ci. e Mov.**; V.18, n.1, p.61-67. 2010.

JUNIOR, J.N.; PASTRE, C.M.; MONTEIRO, H.L.. Alterações posturais em atletas brasileiros do sexo masculino que participaram de provas de potência muscular em competições internacionais. **Rev. Bras. Med. Esporte**. V.10, n.3, Mai/Jun, 2004.

LEOPARDI, Maria T.. **Metodologia da pesquisa na saúde**. 2. ed. Florianópolis: UFSC, 2002.

MADUREIRA, A.S.; ALMEIDA, F.A.M.; MARAGNO, A.; SANTOS, C.V.; MADUREIRA, T.H.M.. Perfil antropométrico e somatotípico de atletas juvenis do gênero feminino de voleibol de Marechal Cândido Rondon/PR campeãs dos jogos da Juventude 2006. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Curitiba/PR. v. 6, n. 1, p. 385-390, julho, 2007.

MARCHI, C.L.A.; SANTOS, D.S.; KEMPER, G.; CORDEIRO, M.V.; OLIVEIRA, A.L.. Análise da Qualidade de Vida das jogadoras de voleibol profissional da cidade de Brusque-SC. **XIV INIC – Encontro Latino Americano de Iniciação Científica**. UNIVAP: São José dos Campos – SP, 2010.

MARTIN, D.; CARL, K.; LEHNERTZ, K. **Manual de metodología del entrenamiento deportivo**. Barcelona: Paidotribo, 2001.

MARTIN, R. H. C.; BOJIKIAN, L.P.; UEZU, R.; BÖHME, M.T.S.. Referencial cineantropométrico de jovens atletas do sexo masculino de 12 a 14 anos. In: **Fórum Brasil Esporte**. 2000, Londrina. Anais... Londrina: Universidade Estadual de Londrina, 2000. p. 118.

MATTOS, P.; LINCOLN, C. L. A entrevista não-estruturada como forma de conversação: razões e sugestões para sua análise. **Revista de Administração Pública - RAP** [On-line], v.39, n.4, p.823-47, 2005.

MEDINA, M. F.; FERNANDES FILHO, J. Perfil do Voleibol Masculino Adulto – Identificação dos perfis genéticos e somatotípico que caracterizam atletas de voleibol masculino adulto de alto rendimento no Brasil. **Fitness & Performance Journal**, v. 01, nº 4-Julho/Agosto de 2002. ISSN 1519-9088.

MELLO, M.T.; BOSCOLO, R.A.; ESTEVES, A.M.; TUFIK, S.O. Exercício Físico e os Aspectos Psicobiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 11, n. 3, 2005.

MEYER, U.; SCHINDLER, C.; ZAHNER, L.; HEBESTREIT, H.; MECHELEN, W.; BRUNNER LA-ROCA, P.; PROBST-HENSCH, N.; PUDER, J.; KRIEMLER, S. Long-Term Effect of a School-Based Physical Activity Program (KISS) on Fitness and Adiposity in Children: A Cluster-Randomized Controlled Trial. **PLoS ONE**. 9, 2, 1-10, Feb. 2014.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de Vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 5, n.1, 2000, p. 7-18.

MINAYO, M.C.S. **Pesquisa qualitativa em saúde**. 8.ed. São Paulo: Hucitec, 2010.

MONTAGNER, P.C.; SILVA, C.C.O.. Reflexões acerca do Treinamento a Longo Prazo e a seleção de talentos através de “peneiras” no futebol. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**. Campinas, v. 24, n. 2, p. 187-200, jan. 2003.

NARDI, Henrique C. **Ética, trabalho e subjetividade**. Porto Alegre: UFRGS, 2006.

NICHOLLS, L.; LEWIS, A.J.; PETERSEN, S.; SWINBURN, B.; MOODIE, M.; MILLAR, L. Parental encouragement of healthy behaviors: adolescent weight status and health-related quality of life. **BMC Public Health**. 14, 1, 1-18, Apr. 2014.

ORLEY J.; SAXENA S.; HERMAN H; Quality of life and mental illness. **Br J Psychiatry**, London, England, 172:291-3. 1998;

PADRÃO, M.B. **Avaliação da qualidade de vida de doadores vivos após o transplante renal utilizando os instrumentos SF - 36 e WHOQOL- bref**. 2008. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde). Faculdade de Ciências Médicas, São Paulo, SP, 2008.

PAIM, M. C. C. Temperamento de Adolescentes Praticantes de Voleibol. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Revista Digital. Buenos Aires, Año9, nº 59 – Abril de 2003. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd59/voley.htm>>. Acesso em: 2 fev. 2017.

PEREIRA, Juliana Martins; HUGER, Dagmar. Formação e atuação profissional no voleibol: opinião de técnicos da cidade de São José dos Campos, SP. **Motriz**, Rio

Claro, v.9, n.2, p. 93-102, mai./ago. 2003.

PLATONOV, V.N.. **Tratado geral de treinamento desportivo**. São Paulo: Editora Phorte, 2008.

POLIT, D.F.; BECK, C.T.; HUNGLER, B.P. **Fundamentos da pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

PROGRAMA DAS NAÇÕES UNIDAS PARA O DESENVOLVIMENTO – PNUD. **Relatório de Desenvolvimento Humano 2014**. Disponível em: <http://hdr.undp.org/sites/default/files/hdr2014_pt_web.pdf>. Acesso em: 25 fev. 2017.

RIBEIRO, D.A.; VASCONCELOS, C.M.; SANTANA, W.C.. Idade de início da prática sistemática e vínculo federativo de jogadores participantes da Superliga Nacional de voleibol masculino temporada 2010/2011. **Conexões**: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 11, n. 3, p. 75-85, jul./set. 2013.

RIGOBELLO, N. S.; CONDE, S. R.; ROTHER, R. L.. Estudo de Cenário da Atuação de Nutricionistas nas Equipes Esportivas Profissionais do Vale do Taquari. **Revista Vit et Sanitas** da Faculdade União Goyazes, Trindade (GO), v.9, n.9, p.63, jan-jul. 2015, p. 71

RIO GRANDE DO SUL. Fundação de Esporte e Lazer do Rio Grande do Sul. **Projeto Pólos de Desenvolvimento do Esporte**. Disponível em: <<http://www.fundergs.rs.gov.br/conteudo/1000/saiba-tudo-sobre-este-projeto-inovador-para-o-esporte-gaucha>>. Acesso em: 13 fev. 2017.

RISER, K; LONDAL, K.; OMMUNDSEN, Y.; SMASTUEN, M.C.; MISVAER, N.; HELSETH, S. The Outcomes of a 12-Week Internet Intervention Aimed at Improving Fitness and Health-Related Quality of Life in Overweight Adolescents: The Young & Active Controlled Trial. **PLoS ONE**. 9, 12, 1-21, Dec. 2014.

RITTNER, C.L.A.. **A psicologia organizacional na visão dos alunos de psicologia**. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Educação). São Paulo. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2008.

ROTHER, R.L. **Análise da formação de atletas no voleibol brasileiro sob a perspectiva da Teoria Bioecológica do Desenvolvimento Humano**. Lajeado-RS: UNIVATES. Programa de Pós-graduação em Ambiente e Desenvolvimento (PPGAD). Dissertação de Mestrado, 2015.

ROTHER, R.L. Contribuições de Émile Durkheim para a compreensão das ações de formação de atletas no voleibol brasileiro até 2011. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires. Año 19. N° 197. Outubro de 2014. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd197/durkheim-para-a-compreensao-no-voleibol.htm>>. Acesso em: 20 mai. 2015.

ROTHER, R.L.; FRANZEN, C.. A formação do atleta no contexto histórico da educação física e do treinamento esportivo no Brasil. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires. Año 10. N° 87. Agosto de 2005. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd87/atleta.htm>>. Acesso em: 20 mai. 2015.

ROTHER, R.L.; MEJIA, M.R.G. Treinamento de longo prazo e desenvolvimento humano: interfaces bioecológicas no esporte. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires. Año 19. N° 202. Marzo de 2015. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd202/interfaces-bioecologicas-no-esporte.htm>>. Acesso em: 20 mai. 2015.

ROTHER, Rodrigo Lara; JUNIOR, Antônio; MAMAN, Bruno de; MULLER, Carla; CUNHA, Camila. Nível de satisfação de professores de Educação Física atuantes em escolas públicas do Vale do Taquari, RS. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, Año 18, n. 180. Março de 2014. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd190/satisfacao-de-professores-de-educacao-fisica.htm>>. Acesso em: 20 mai. 2015.

RUBIO, K. **Medalhistas olímpicos brasileiros**: memórias, histórias e imaginário. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

SANTOS, A.L.P. **A relação entre atividade física e a qualidade de vida**. Tese – USP, São Paulo. Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, 2009.

SILVA, L.R.R.; BÖHME, M.T.S.; UEZU, R.; MASSA, M.A. A utilização de variáveis cineantropométricas no processo de detecção, seleção e promoção de talentos no voleibol. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 1, p. 69-76, 2003.

SILVA, P.R.S. O papel do fisiologista desportivo no futebol- para quê e por quê? **Rev Bras. Med. Esporte**, v. 6, n. 4, p. 32, Jul/Ago, 2000.

SILVA, Paulo Vinícius Carvalho; FLEITH, Denise de Souza. Atletas talentosos e o papel desempenhado por suas famílias. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v.3, n. 4, p. 42-63, janeiro/junho 2010.

SIMÕES, C.S.M.. **Análise das percepções da Qualidade de Vida, do estresse e da recuperação de atletas de voleibol de diferentes categorias**. Belo Horizonte/MG: Universidade Federal de Minas Gerais. Escolas de Educação Física, Fisioterapia e Terapia ocupacional. Dissertação de Mestrado, 2011.

SOARES, A.J.G.; MELO, L.B.S; COSTA, F.R.; BARTHOLO, T.L.; BENTO, J.O. Jogadores de futebol no Brasil: Mercado, Formação de atletas e Escola. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 33, n. 4, p. 905-921, out./dez. 2011.

SORIANO, Jeane Barcelos; WINTERSTEIN, Pedro José. Satisfação no trabalho do professor de Educação Física. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 12, n. 2, p. 145-59, jul./dez. 1998.

TAGHIZADEH, Z.; et al. The effect of cognitive behavioural psycho-education on premenstrual syndrome and related symptoms. **Journal of Psychiatric & Mental Health Nursing**. 20, 8, 705-713, Oct. 2013.

TELES, W.A.; SALVE, M.G.C.. Qualidade de vida através do tênis. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal/SP, v.4, n.4/5, jan/dez, 2004.
THE WHOQOL GROUP. The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Social Science and Medicine**, Leicester, v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 1995.

THOMAS, J.; NELSON, J.; SILVERMAN, S.. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6ªed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

TRIVIÑOS, A.N.S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo, Atlas, 1987. 175p.

WEINBERG, R.; GOULD, D.. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 2ª Ed. – Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.

WEINBERG, Robert; GOULD, Daniel. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.

WEINECK, J.. **Optimales training**. Erlangen: Perimed Fachbuch, 1996.
XU, F.; CHEN, G.; STEVENS, K.; ZHOU, H.R.; QI, S.X.; WANG, Z.Y.; HONG, X.; CHEN, X.P.; YANG, H.F.; WANG, C.C.; RATCLIFFE, J.. Measuring and Valuing Health-Related Quality of Life among Children and Adolescents in Mainland China – A Pilot Study. **PLoS ONE**. 9, 2, 1-9, Feb. 2014.

ZAKHAROV, A.; GOMES, A.C.. **Ciência do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Palestra, 1992.

APÊNDICES

APÊNDICE A - Entrevista - Questões norteadoras para os Técnicos

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIVATES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO CURSO DE
DOUTORADO

Título da pesquisa: RELAÇÕES ENTRE QUALIDADE DE VIDA E DESEMPENHO
ESPORTIVO DE ATLETAS INFANTIS DO VOLEIBOL GAÚCHO

Pesquisador Responsável: Rodrigo Lara Rother

Técnico Responsável: _____

Equipe: _____

Código "T": _____ **Código "E":** _____ **DATA:** ___/___/2016

PERFIL PROFISSIONAL:

- 1- Idade: _____ anos.
- 2- Sexo: () Masculino () Feminino
- 3- Formação Acadêmica: () Graduação em curso () Graduação () Pós-graduação () Outro
- 4- Formação Profissional: Curso Técnico da CBV - Nível () 1 () 2 () 3 () 4 () 5
- 5- Tempo de atuação como técnico? _____ anos e _____ meses
- 6- Tempo de atuação com categorias de base? _____ anos e _____ meses
- 7- Já fez parte de Comissão Técnica de seleções estaduais? () não () sim. Quantos anos? _____
- 8- No seu clube/entidade atual, é técnico de quantas equipes/categorias?
() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () mais de 5
- 9- Você atua exclusivamente com treinamento de voleibol? () sim () não.
- 10- Quantas horas semanais você trabalha com voleibol? _____
- 11- Somadas todas as áreas de atuação, quantas horas semanais você trabalha? _____
- 12- Em qual lugar vem o voleibol entre suas fontes de renda? () 1° () 2° () 3° () outro _____
- 13- E entre suas prioridades profissionais? () 1° () 2° () 3° () outro _____
- 14- A remuneração que você tem com o voleibol pode ser classificada como:
() não remunerada () baixa () média () alta () muito alta

ESTRUTURA DE TRABALHO:

Com relação ao trabalho realizado com a equipe da categoria **INFANTIL FEMININA**:

- 15- Quantas atletas compõem a equipe desta categoria (sem atletas inferiores)?
() menos de 10 () 11 a 15 () mais de 15
- 16- Qual a periodicidade semanal que sua equipe treina?
() até 2 vezes () 3 vezes () 4 vezes () 5 vezes () mais que 5 vezes. Quantas? _____
- 17- Quantas horas de treinamento semanal a equipe realiza no total (bola, físico etc.)?

() até 6 horas () 7 ou 8 horas () 9 ou 10 horas () 11 ou 12 horas () mais que 12 horas

18- Como são distribuídas estas horas entre os conteúdos técnico, físico, tático e outros?

Técnico/Tático (treino com bola) - _____ horas semanais;

Físico (musculação, corrida, na quadra...) - _____ horas semanais;

Outros (sessões psicólogo, nutricionista etc) - _____ horas semanais;

Caso tenha citado "Outros" acima, descreva-os: _____

19- Há atletas que treinam em mais de uma categoria? () não () sim. Quantas? _____

Em caso de resposta positiva para a pergunta anterior, quantas horas semanais estas atletas treinam no máximo? _____ horas

20- Durante as sessões de treinamento, você treina a equipe sozinho?

() sempre () na maioria da vezes () as vezes () quase nunca () nunca

21- Durante os jogos, você dirige ou acompanha a equipe sozinho?

() sempre () na maioria da vezes () na metade () quase nunca () nunca

22- Assinale todos que fazem parte do trabalho desenvolvido com sua equipe:

() Técnico () Preparador Físico () Nutricionista () Psicólogo () Fisioterapeuta

() Médico () Supervisor () Massagista () Assistente () Estagiário () Outro _____

23- Quantas competições são disputadas num ano? _____

24- Quantos jogos são disputados num ano? _____

25- Aproximadamente quantos finais de semana são ocupados num ano com atividades da equipe? _____

26- Como você classificaria a rotina de treinamentos/jogos de sua equipe (volume e intensidade)?

() nada desgastante () pouco () médio () muito () extremamente desgastante

27- Quanto ao intervalo para recuperação das atletas entre treinos ou competições desgastantes normalmente:

() não há folgas () há, mas é insuficiente () é suficiente () é completa () mais do que o necessário

28- Quando alguma atleta se lesiona, como o clube procede quanto ao oferecimento de tratamento?

() não há () há, poucas vezes () há, algumas vezes () há, muitas vezes () há sempre

29- Quanto a ocorrência de lesões que afastam atletas por pelo menos um treinamento/jogo, a frequência é:

() não ocorrem () esporadicamente () normalmente () muitas vezes () sempre ocorrem

30- Quanto a atletas saírem da equipe ou pararem de jogar, ocorre com que frequência?

() não ocorre () esporadicamente () normalmente () muitas vezes () sempre ocorre

31- Sobre a relação do seu clube com as escolas onde as atletas estudam, pode-se dizer que:

() é má () não há relação () há em alguns momentos () é frequente

() é parceira da equipe

32- Sobre a relação da equipe/clube com a família das atletas, pode-se dizer que:

- () é má () não há relação () é boa em alguns momentos () quase sempre é boa
 () sempre é boa
- 33- São oferecidos benefícios financeiros as atletas da equipe?
 () nenhuma recebe () poucas recebem () metade recebem () a maioria recebe
 () todas recebem
- 34- Caso recebam benefício, assinale os que são proporcionados as atletas da equipe:
 () alojamento () alimentação () materiais esportivos () vale transporte () bolsa de estudos () plano/seguro saúde () auxílio financeiro () outros: quais? _____
- 35- Sobre os custos para participar das atividades da sua equipe:
 - elas pagam para treinar? () nenhuma () algumas () todas
 - elas pagam para competir/viajar? () nenhuma () algumas () todas

QUALIDADE DE VIDA NOS TREINAMENTOS E JOGOS:
--

- 36- O que você entende por Qualidade de Vida?
- 37- Você acredita que o “Ambiente Físico” encontrado nas atividades da sua equipe/clube contribui para a “Qualidade de Vida” (QV) das atletas?
 () piora a QV () não contribui () contribui pouco () muito () extremamente
- 38- Você acredita que o “Estado Físico e a Saúde” desenvolvidos nas atividades da sua equipe/clube contribuem para a “Qualidade de Vida” (QV) das atletas?
 () piora a QV () não contribui () contribui pouco () muito () extremamente
- 39- Você acredita que as “Relações Sociais” promovidas nas atividades da sua equipe/clube contribuem para a “Qualidade de Vida” (QV) das atletas?
 () piora a QV () não contribui () contribui pouco () muito () extremamente
- 40- Você acredita que os “Aspectos Psicológicos” estimulados nas atividades da sua equipe/clube contribuem para a “Qualidade de Vida” (QV) das atletas?
 () piora a QV () não contribui () contribui pouco () muito () extremamente
- 41- Você acredita que os treinamentos da sua equipe contribuem para a “Qualidade de Vida” (QV) das atletas?
 () piora a QV () não contribui () contribui pouco () muito () extremamente
- 42- Você acredita que os jogos/competições que sua equipe disputa contribuem para a “Qualidade de Vida” (QV) das atletas?
 () piora a QV () não contribui () contribui pouco () muito () extremamente

Muito obrigado pela colaboração!

APÊNDICE B - Questionário do perfil sociodemográfico e esportivo - Atletas

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIVATES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO CURSO DE
DOUTORADO

Título da pesquisa: RELAÇÕES ENTRE QUALIDADE DE VIDA E DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS INFANTIS DO VOLEIBOL GAÚCHO

Pesquisadora Responsável: Rodrigo Lara Rother

Código "A": _____

Código "E": _____

Data coleta ___/___/2016

DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

- 1-Nome da sua equipe: _____
- 2-Cidade da sua equipe: _____
- 3-Você mora na mesma cidade da equipe a qual faz parte? ()sim ()não
- 4-Mora em: ()casa dos pais ()alojamento da equipe ()outro local. Qual? _____
- 5-Você descreveria a situação econômica da sua família como:
()pobre ()classe média baixa ()classe média ()classe média alta ()alta
- 6-Informe o mais aproximado possível sua: Idade: _____ Altura: _____ Peso: _____
- 7-Estuda em escola: ()municipal ()estadual ()particular Ano: _____
- 8-Recebe benefícios financeiros por causa do vôlei? ()sim ()não
- 9-Caso receba algum benefício, ou mais de um, assinale abaixo o que recebe:
()material esportivo ()alimentação ()vale transporte ()alojamento ()ajuda de custo ()bolsa de estudos ()outros – Quais? _____

DADOS ESPORTIVOS

- 10-Há quanto tempo você joga vôlei? _____ anos e _____ meses.
- 11-Há quanto tempo você joga na sua equipe atual? _____ anos e _____ meses.
- 12-Por quantas equipes passou antes de chegar na atual? ()nenhuma, iniciei nela; ()1 ()2 ()3 ()4
- 13-Desde que iniciou no vôlei você: ()jogou sempre na mesma função ()jogou em funções diferentes.
- 14-Com que frequência você fica doente? ()nunca ()quase nunca ()as vezes ()muito ()sempre
- 15-Você se lesiona com frequência? ()nunca ()quase nunca ()as vezes ()muito ()sempre
- 16-Quantos dias por semana você treina nesta equipe? ()1 ()2 ()3 ()4 ()5 ()mais _____
- 17-Quantas horas você pratica **treinos com bola (técnico/táticos)** por semana? _____ horas e _____ min.
- 18-Quantas horas você pratica **treinos físicos** por semana? _____ horas e _____ minutos, ()não pratico
- 19-Joga em outra categoria nesta equipe? ()não ()sim.
Quantos dias por semana além do infantil? _____ Quantas horas por semana além do infantil? _____
- 20-Joga em alguma outra equipe/clube/escola além deste? ()não ()sim.
Em caso afirmativo, quantos dias por semana? _____ Quantas horas por semana? _____
- 21-Assinale, circulando nos quadros a seguir, as respostas que definem melhor o que você pensa sobre cada um dos itens apresentados:

Tempo e exigência:	Pouco	Menos do que gostaria	Na medida certa	Mais do que gostaria	Acima da minha capacidade
Quantidade de tempo que você destina aos treinos na sua equipe	1	2	3	4	5
Quantidade de tempo que você destina aos jogos e competições da sua equipe	1	2	3	4	5
Nível de exigência que você enfrenta nos treinos na sua equipe	1	2	3	4	5
Nível de exigência que você enfrenta nos jogos e competições da sua equipe	1	2	3	4	5

Descanso e recuperação:	Não há	Pouco	Menos que gostaria	Na medida certa	Mais do que preciso
Tempo de descanso e recuperação entre os treinos semanais	1	2	3	4	5
Tempo de descanso e recuperação após jogos e competições	1	2	3	4	5

Rendimento individual e coletivo:	Estou Insatis feita	Pouco satisfeita	Satis feita	Muito satisfeita	Satisfação plena
Rendimento geral de sua equipe nas competições que participa	1	2	3	4	5
Seu rendimento individual nos treinos e jogos	1	2	3	4	5

22-Caso não tenha respondido “satisfação plena” no seu **rendimento individual**, o que falta para você atingir este nível de satisfação?

23-Você tem a intenção de tornar-se uma jogadora profissional no futuro?

() não () não sei responder () sim

24-Você acha que a prática do voleibol interfere na sua Qualidade de Vida? Para bem ou para mal? No que interfere?

APÊNDICE C - Falas das atletas e dos Técnicos

Entendimento dos técnicos sobre o que é QV:

São as variáveis que interferem no teu cotidiano. Uma boa qualidade de vida é ter poder de realizar tuas atividades pessoais e profissionais de forma saudável e satisfatória (T1, 2016).

QV são situações, momentos, oportunidades que proporcionam para nós mesmos e outras pessoas sentirem-se bem, com prazer, que possamos aproveitar para crescimento pessoal e coletivo. É fazer o que se gosta (T4, 2016).

É se sentir bem, aproveitar a natureza, o convívio familiar e amigos. É tirar um tempo livre para não fazer nada. Viajar sempre que possível, dormir bem, se alimentar com saúde. Trabalhar no que gosta e evitar pessoas negativas (T6, 2016).

A melhora do estado físico, mental e financeiro, que possa contribuir para um ambiente de harmonia e satisfação pessoal (T7, 2016).

QV é individual, ou seja, para cada indivíduo a QV é entendida de diferentes maneiras, que envolvem o físico, o psicológico e o material. Pra mim é ter equilíbrio emocional, praticar exercícios físicos semanalmente, estar me relacionando com as pessoas e encontrando amigos. Em alguns momentos me permito isso, que muitas vezes se torna difícil em função do trabalho. E principalmente estar com a minha família, que é o que eu mais amo (T9, 2016).

QV abrange aspectos físicos, sociais e também psicológicos. O bem estar do indivíduo como um todo determina a sua QV. Quando os aspectos estão em desequilíbrio o indivíduo pode demonstrar situações de estresse, mau humor, antipatia e outros que são visíveis no cotidiano das relações. O equilíbrio de todos os aspectos é a busca para uma QV, onde o indivíduo está saudável por completo (T11, 2016).

Para mim é um conjunto de fatores e atitudes que fazem com que se tenha uma melhor QV. Seja no bem estar da vida social ou na saúde, é preciso ter bons relacionamentos, boa alimentação, praticar exercícios físicos, enfim, fazer o que te faz bem. Para mim, QV começa com fazer o que te faz bem. Seja uma simples caminhada ou uma mateada (T14, 2016).

Entendo como QV se a pessoa vive bem, com momentos de lazer e com trabalho ou estudo que propiciem bem estar, com sua família e amigos, com boa alimentação e sem grandes momentos de estresse (T15, 2016).

Entendo como QV uma condição de rotina profissional, familiar e social, onde precisamos manter o equilíbrio para que o exagero em uma delas não venha a interferir na saúde física ou emocional do indivíduo (T19, 2016).

Percepção das atletas das relações entre a prática do voleibol e a sua QV:

Interfere positivamente porque além de ser um esporte saudável é o esporte que eu amo e não imagino minha vida sem o voleibol (E1A6, 2016).

É na quadra que me identifico, me sinto mais leve e tranquila. Amo jogar vôlei e não me imagino sem ele (E1A7, 2016).

Para o bem, pois é um meio de atividade física, ajuda a ter uma vida saudável e a prevenir futuras doenças (E1A12, 2016).

Além de ajudar na saúde, conhecemos novas pessoas e lugares diferentes, fazemos amigos (E2A1, 2016).

É muito positivo, me ajuda a me manter no peso adequado e é bom fazer atividade física (E3A16, 2016).

Com o vôlei preendi a trabalhar em grupo e me organizar, além de melhorar meu condicionamento físico (E3A19, 2016).

Melhora a saúde e o bem estar. Estimula o trabalho em grupo e ensina a lidar com a pressão (E4A3, 2016).

Melhora (a QV) porque praticar esportes é importante para saúde e ainda mais que é um esporte coletivo, onde tem que pensar em todos da equipe (E4A15, 2016).

Faz bem, na verdade muito bem pra qualidade de vida. Dentro de quadra me sinto muito "eu", consigo me soltar (E5A7, 2016).

O vôlei e o clube me ensinaram não só a prática desse esporte, mas também valores como integridade, responsabilidade, comprometimento, união e dedicação (E6A6, 2016).

Temos que ir na nutricionista e cuidar do nosso corpo (E6A8, 2016).

O vôlei nos ajuda muito na comunicação, amizades e faz bem fazer um esporte. Nos descontraímos, focamos e nos tornamos mais maduras (E6A12, 2016).

Pra mim o vôlei é uma forma de amor. Me faz melhorar na vida fora de quadra pelas pressões e cobranças que a jogadora de vôlei tem (E7A10, 2016).

Sim, o voleibol me faz muito bem. Me faz superar muitas coisas. É em quadra que esqueço meus problemas e aprendo com cada jogo (E7A16, 2016).

Acho que interfere positivamente na qualidade de vida, pois além de exercício físico, o voleibol ajuda na convivência, novas amizades, ele nos ensina que somos um grupo similar a uma família e que para irmos bem precisamos de todos (E9A6, 2016).

Não fico entediada, a cabeça fica mais leve e eu me sinto melhor (E9A9, 2016).

Acho que quando um adolescente se envolve em algum tipo de esporte, ele deixa de se envolver com caminhos e pessoas que não levam a nada (E11A7, 2016).

O vôlei interfere para o bem da minha qualidade de vida, das relações com minha família e me dá disposição (E12A8, 2016).

Ajuda minha saúde e me ensina valores como responsabilidade, amizade e companheirismo (E13A3, 2016).

Me tornei uma pessoa mais responsável e independente (E13A8, 2016).

Jogar tira minha atenção das coisas ruins. O voleibol na minha vida foi a melhor coisa que já me aconteceu e isso só me faz bem, pois é o que eu mais amo (E13A14, 2016).

Melhora nossa saúde, criamos um físico bom e se jogarmos bem, nos dedicarmos, temos chance de entrar em um time bom e se profissionalizar. Jogar me faz feliz (E14A9, 2016).

O vôlei me trouxe coisas boas para minha vida. Além de ficar com a medida certa, já que antes eu estava acima do peso, aprendi que com o trabalho em equipe tudo é mais fácil de se resolver do que individualmente (E15A2, 2016).

Ajuda na minha qualidade de vida de forma saudável, não sedentária e se eu não fizesse voleibol provavelmente ficaria a tarde inteira no celular (E15A5, 2016).

Desde os meus sete anos pratico esporte. Fiz oito anos de ginástica rítmica e depois fui pro vôlei. O esporte me proporcionou mais saúde, disposição pra fazer minhas coisas e me ajuda a amadurecer e encarar as situações da vida com mais seriedade e maturidade. Trabalhar em equipe também. O esporte é essencial para o desenvolvimento mental, emocional e corporal de alguém. A melhor escolha é o esporte (E15A6, 2016).

O vôlei me proporcionou uma vida bem melhor. Antes de começar a jogar eu era gordinha. Me ajudou a perder peso, melhorar minha vida social, me sinto mais confiantes e disposta a fazer qualquer coisa. O vôlei me ensinou a trabalhar e acreditar no trabalho em equipe. Ensinou que se uma bola dá errada, sempre tem há novas chances de voltar atrás, que nada está perdido. Também me proporcionou coisas que não conseguiria fora do vôlei, como meus amigos e colegas de time que amo muito, viagens que não faria se dependesse do meu pai, como Argentina, Rio de Janeiro, Paraná e outros (E15A10, 2016).

Depois que comecei a jogar vôlei me tornei visivelmente mais dedicada e aprendi a trabalhar em equipe. Sem contar que agora sei o que quero fazer no futuro (E18A17, 2016).

Acho que só jogando vôlei eu me sinto bem. É só o que eu sei fazer. Não falo muito, não tenho muitos amigos. Então o vôlei é minha vida (E19A1, 2016).

Melhorei minha concentração na hora de fazer uma jogada e minha inteligência para completar a jogada. Gosto que aproxima as pessoas a minha volta (E19A9, 2016).

Eu passo muita parte do meu tempo jogando vôlei, tanto em campeonatos quanto nos treinos. Passo todos meus finais de semana em quadra, então afeta minha vida de maneira tanto negativa quanto positiva, pois meu físico

e sistema imunológico melhoraram (E4A10, 2016).

Acho que há um preço a se pagar para a realização de um sonho, como por exemplo, não sair com amigos, não comer besteiras, dormir cedo etc (E1A1, 2016).

Depende do ponto de vista. Para a saúde é ótimo, porém tenho muito pouco tempo para descansar (E5A1, 2016).

Mais ou menos, pois algumas vezes interfere no ambiente escolar, provas e trabalhos. E nas atividades de fora do esporte também, como jantares e saídas (E5A9, 2016).

É um esporte muito bom e legal. Eu me sinto bem após o treino, por mais que fique cansada, com dor e que as vezes ele interfira na minha vida social (E5A10, 2016).

No momento estou achando muito cansativo, mas sinceramente, não sei o que seria da minha vida sem o esporte (E6A2, 2016).

Me faz bem e faz mal. Porque se jogo bem ou mal acaba interferindo no meu emocional no dia a dia (E6A13, 2016).

Depende. Eu gosto bastante e me ajuda fisicamente treinar, mas dependendo de como eu me cuido acabo me machucando ou ficando doente e me abalo muito psicologicamente. Mas eu acho que faz bem pra qualidade de vida (E10A1, 2016).

Minha única reclamação é que não tenho muito tempo para estudar, mas eu consigo lidar com tudo, já estou acostumada (E15A1, 2016).

Eu amo o vôlei e penso que me ajudou a ter disciplina, saúde e preparo físico. Porém, quando fico sobrecarregada com tantos treinos, isso baixa o meu rendimento escolar e me deixa estressada e cansada. O vôlei pode interferir na qualidade de vida, mas deve haver um equilíbrio nos treinos (E15A8, 2016).

Atrapalha um pouco nos estudos (E11A15, 2016).

ANEXOS

ANEXO 1 - Questionário

QUESTIONÁRIO WHOQOL-bref³⁻⁴

Instruções:

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. **Por favor, responda a todas as questões.** Se você não tem certeza sobre que resposta dar a alguma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.

Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as **duas últimas semanas**. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

Questão	Nada	Muito pouco	Médio	Muito	Completa- mente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessitou nestas últimas duas semanas. Portanto, você deve circular, por exemplo, o número 4 se você recebeu “muito” apoio, como no exemplo abaixo.

Questão	Nada	Muito pouco	Médio	Muito	Completa- mente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	45 5	

Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número que lhe parece a melhor resposta

Questão	Muito ruim	Ruim	Nem ruim nem boa	Boa	Muito boa
1 Como você avaliaria sua qualidade de vida	1	2	3	4	5

Questão	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Nem insatisfeito nem satisfeito	Satisfeito	Muito Satisfeito
2 Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	1	2	3	4	5

3 Versão abreviada do WHOQOL-100 desenvolvido pelo grupo Qualidade de Vida da OMS. A versão em português do questionário foi realizada no Centro WHOQOL para o Brasil, no Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal da Universidade Federal do Rio Grande do Sul em 1998, sob a coordenação do Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck (FLECK et al., 2000).

4 Adaptação das questões 18 e 21 conforme detalhado no capítulo “Procedimentos Metodológicos”.

As questões seguintes são sobre o quanto você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas

Questão	Nada	Muito pouco	Mais ou menos	Bastante	Extremamente
3	1	2	3	4	5
4	1	2	3	4	5
5	1	2	3	4	5
6	1	2	3	4	5
7	1	2	3	4	5
8	1	2	3	4	5
9	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre o quão completamente você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas

Questão	Nada	Muito pouco	Médio	Muito	Completamente
10	1	2	3	4	5
11	1	2	3	4	5
12	1	2	3	4	5
13	1	2	3	4	5
14	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre quão bem ou satisfeito você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas

Questão	Muito ruim	Ruim	Nem ruim nem bom	Bom	Muito bom
15	1	2	3	4	5

Questão	Muito insatisfeito	Insatisfeito	Nem insatisfeito nem satisfeito	Satisfeito	Muito Satisfeito
16	1	2	3	4	5

17	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia a dia?	1	2	3	4	5
18	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para treinar?	1	2	3	4	5
19	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
20	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
21	Quão satisfeito(a) você está com sua afetiva?	1	2	3	4	5
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe dos seus amigos?	1	2	3	4	5
23	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
24	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde	1	2	3	4	5
25	Quão satisfeito(a) você está com seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

A questão seguinte refere-se a com que frequência você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas

Questão	Nunca	Algumas vezes	Frequente mente	Muito frequente mente	Sempre	
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	1	2	3	4	5

Alguém lhe ajudou a preencher este questionário? _____

Quanto tempo você levou para preencher este questionário? _____

Você tem algum comentário sobre o questionário?

OBRIGADO PELA COLABORAÇÃO!!!

ANEXO 2 - Sintaxe para definição dos escores WHOQOL-bref

STEPS FOR CHECKING AND CLEANING DATA AND COMPUTING DOMAIN SCORES FOR THE WHOQOL-BREF

(prepared by Alison Harper and Mick Power on behalf of the WHOQOL Group)

Steps	SPSS syntax for carrying out data checking, cleaning and computing total scores
Check all 26 items from assessment have a range of 1-5	<pre>RECODE Q1 Q2 Q3 Q4 Q5 Q6 Q7 Q8 Q9 Q10 Q11 Q12 Q13 Q14 Q15 Q16 Q17 Q18 Q19 Q20 Q21 Q22 Q23 Q24 Q25 Q26 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (ELSE=SYSMIS).</pre> <p>(This recodes all data outside the range 1-5 to system missing)</p>
Reverse 3 negatively phrased items	<pre>RECODE Q3 Q4 Q26 (1=5) (2=4) (3=3) (4=2) (5=1)</pre> <p>(This transforms negatively framed questions to positively framed questions)</p>
Compute domain scores	<pre>COMPUTE PHYS= MEAN.6(Q3,Q4,Q10,Q15,Q16,Q17,Q18)*4. COMPUTE PSYCH= MEAN.5(Q5,Q6,Q7,Q11,Q19,Q26)*4. COMPUTE SOCIAL=MEAN.2(Q20,Q21,Q22)*4. COMPUTE ENVIR=MEAN.6(Q8,Q9,Q12,Q13,Q14,Q23,Q24,Q25)*4.</pre> <p>(These equations calculate the domain scores. All scores are multiplied by 4 so as to be directly comparable with scores derived from the WHOQOL-100. The “.6” in “MEAN.6” specifies that 6 items must be endorsed for the domain score to be calculated.)</p>
Transform scores to 0-100 scale	<pre>COMPUTE PHYS=(PHYS-4)*(100/16). COMPUTE PSYCH=(PSYCH-4)*(100/16). COMPUTE SOCIAL=(SOCIAL-4)*(100/16). COMPUTE ENVIR=(ENVIR-4)*(100/16)</pre>
Delete cases with > 20% missing data	<pre>COUNT TOTAL=Q1 TO Q26 (1 THRU 5)</pre> <p>(This command creates a new column “total”. “Total” contains a count of the WHOQOL-BREF items with values 1-5 that have been endorsed by each subject. The “Q1 TO Q26” means that consecutive columns from “Q1”, the first item, to “Q26”, the last item, are included in the count. It therefore assumes that data is entered in the order given in the assessment.)</p> <pre>SELECT IF (TOTAL>21). EXECUTE</pre> <p>(This second command selects only those cases where “total”, the “total number” of items completed, is greater than or equal to 80%. It deletes the remaining cases from the dataset.)</p>

ANEXO 3 - Sistema de ranking FIVB

Conforme a decisão do Conselho de Administração da Federação Internacional de Volleyball (FIVB), o sistema e atribuição de pontos para ranqueamento de desempenho dos países nas **Competições Mundiais** da instituição é assim distribuída:

COLOCAÇÃO*	PONTOS	COLOCAÇÃO*	PONTOS
1°	100	11°	18
2°	90	12°	15
3°	80	13°	13
4°	70	14°	12
5°	60	15°	11
6°	50	16°	10
7°	40	17°	08
8°	30	18°	07
9°	25	19°	06
10°	20	20°	05

*Equipes participantes de Qualificatória Mundial = 1 ponto.

*Equipes não participantes = zero pontos.

Conforme a decisão do Conselho de Administração da Federação Internacional de Volleyball (FIVB), o sistema e atribuição de pontos para ranqueamento de desempenho dos países nas **Competições Continentais** da instituição é assim distribuída:

COLOCAÇÃO*	PONTOS	COLOCAÇÃO*	PONTOS
1°	30	11°	3
2°	26	12°	3
3°	22	13°	3
4°	18	14°	3
5°	14	15°	3
6°	10	16°	3
7°	5	17°	3
8°	5	18°	3
9°	3	19°	3
10°	3	20°	3

*Equipes participantes de Qualificatória Continental = 1 ponto.

*Equipes não participantes = zero pontos.

ANEXO 4 - Aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa

CENTRO UNIVERSITÁRIO
UNIVATES



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: RELAÇÕES ENTRE QUALIDADE DE VIDA E DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS INFANTIS DO VOLEIBOL GAÚCHO

Pesquisador: Rodrigo Lara Rother

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 51619115.7.0000.5310

Instituição Proponente: Centro Universitário UNIVATES

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.379.815

Apresentação do Projeto:

O projeto trata de uma pesquisa quali-quantitativa que visa a relacionar a qualidade de vida com o desempenho esportivo e a carga de treinamento de atletas pertencentes a equipes de voleibol infantil feminino filiadas a Federação Gaúcha de Voleibol.

O projeto está bem descrito e mostra no seu desenvolvimento a ideia básica da pesquisa proposta.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo primário será relacionar a qualidade de vida com o desempenho esportivo e a carga de treinamento de atletas pertencentes a equipes de voleibol infantil feminino filiadas a Federação Gaúcha de Voleibol.

Os objetivos secundários são:

- a - Avaliar, por meio de instrumento padrão, a percepção da qualidade de vida das atletas integrantes de equipes de voleibol da categoria infantil feminina do Rio Grande do Sul quanto aos domínios físico, social, psicológico e ambiental;
- b - Quantificar as cargas de treinamentos e de competições das equipes de voleibol infantil feminino dos clubes filiados a Federação Gaúcha de Voleibol;
- c - Classificar o desempenho esportivo das equipes de voleibol infantil feminino filiadas a Federação Gaúcha de Voleibol que participam das competições oficiais da entidade;

Endereço: Rua Avelino Tallini, 171 - Sala 309 - Prédio 01
Bairro: Bairro Universitário CEP: 95.900-000
UF: RS Município: LAJEADO
Telefone: (51)3714-7000 Fax: (51)3714-7001 E-mail: coep@univates.br

Continuação do Parecer: 1.379.815

d - Analisar a relação entre os domínios físico, social, psicológico e ambiental da Qualidade de Vida, as cargas de treinamento das atletas e o desempenho esportivo de suas equipes.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo os pesquisadores, não haverá risco, apenas o desconforto para o preenchimento dos questionários e realização da entrevista. Há a garantia de que todos os participantes terão suas identidades mantidas em sigilo.

Quanto aos benefícios, os pesquisadores alegam que serão indiretos, uma vez que os resultados encontrados serão devolvidos aos técnicos, atletas e equipes, podendo servir de parâmetro para melhorar o treinamento que é realizado e contribuindo para a promoção da qualidade de vida dos envolvidos com o voleibol de base.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa está bem descrita e sua relevância está definida nos objetivos propostos e por isto este Comitê entende sua pertinência.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos de apresentação obrigatória estão presentes e adequados.

Recomendações:

Não há recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há pendências ou lista de inadequações.

Considerações Finais a critério do CEP:

O projeto foi analisado pelo Coep/Univates conforme as diretrizes e normas descritas na Resolução do Conselho Nacional de Saúde no 466/2012.

Visando manter a ética do processo de avaliação, a coordenação do Coep/Univates não tem alterado o texto dos pareceristas-relatores no que se refere a gramática.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_635253.pdf	04/12/2015 12:34:52		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de	anuencia_fgv.pdf	04/12/2015 12:34:13	Rodrigo Lara Rother	Aceito

Endereço: Rua Avelino Tallini, 171 - Sala 309 - Prédio 01
 Bairro: Bairro Universitário CEP: 95.900-000
 UF: RS Município: LAJEADO
 Telefone: (51)3714-7000 Fax: (51)3714-7001 E-mail: coep@univates.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO
UNIVATES**



Continuação do Parecer: 1.379.815

Ausência	anuencia_fgv.pdf	04/12/2015 12:34:13	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_para_coep.doc	01/12/2015 22:58:59	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Folha de Rosto	folha_assinada.pdf	01/12/2015 12:55:08	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Outros	Ranking_FIVB.docx	29/11/2015 16:55:12	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Outros	questionario_atletas.docx	29/11/2015 16:54:36	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Outros	entrevista_tecnicos.docx	29/11/2015 16:54:12	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Outros	Resultados_escores_WHOQOL.docx	29/11/2015 16:53:02	Rodrigo Lara Rother	Aceito
Outros	WHOQOL.docx	29/11/2015 16:52:12	Rodrigo Lara Rother	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_tecnicos.docx	29/11/2015 16:48:37	Rodrigo Lara Rother	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_atletas.docx	29/11/2015 16:47:51	Rodrigo Lara Rother	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

LAJEADO, 22 de Dezembro de 2015

Assinado por:
Cátia Viviane Gonçalves
(Coordenador)

Endereço: Rua Avelino Tallini, 171 - Sala 309 - Prédio 01
 Bairro: Bairro Universitário CEP: 95.900-000
 UF: RS Município: LAJEADO
 Telefone: (51)3714-7000 Fax: (51)3714-7001 E-mail: coep@univates.br