



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIVATES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

**REPÚBLICA DO VÔLEI: A PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E
DO RENDIMENTO ESPORTIVO DE ATLETAS QUE VIVEM LONGE
DE SUAS FAMÍLIAS**

Bárbara Schinader

Lajeado, junho de 2017.
Bárbara Schinader

REPÚBLICA DO VÔLEI: A PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E DO RENDIMENTO ESPORTIVO DE ATLETAS QUE VIVEM LONGE DE SUAS FAMÍLIAS

Artigo apresentado na disciplina de Estudos Dirigidos para Conclusão de Curso, do Centro Universitário UNIVATES, como parte da exigência para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Rodrigo Lara Rother.

Lajeado, junho de 2017.

REPÚBLICA DO VÔLEI: A PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E DO RENDIMENTO ESPORTIVO DE ATLETAS QUE VIVEM LONGE DE SUAS FAMÍLIAS

Bárbara Schinader¹, Rodrigo Lara Rother².

Resumo: Em busca de melhores oportunidades para tornarem-se profissionais, muitos atletas jovens saem de casa. Sabe-se que o convívio com familiares é importante para a formação pessoal e a falta do suporte dado por eles pode afetar a Qualidade de Vida (QV) destes jovens. Desta forma, o objetivo deste estudo foi analisar a percepção da QV e do rendimento esportivo de atletas que moram em uma “República” e comparar com atletas que moram com suas famílias. Participaram do estudo 28 atletas, com idade entre 14 e 17 anos, sendo 14 atletas que moram no alojamento da equipe e igual número que moram em casa com suas famílias, de uma equipe de voleibol feminino de base do

¹ UNIVATES, acadêmica Educação Física - Bacharelado, ba8_volei@notmail.com.

² UNIVATES, professor Educação Física - Bacharelado, rodrigorother@univates.br.

interior do Rio Grande do Sul. Os escores médios para QV das atletas que moram na República foi $73,2 \pm 4,6$ pontos, já para as atletas que moram em casa foi de $72,93 \pm 5,4$ pontos. Os grupos não apresentaram diferença significativa entre si, tanto na média geral como especificamente nos domínios Físico, Social, Psicológico e Ambiental. O fato de morar longe dos pais não prejudicou a QV ou o rendimento esportivo das atletas no caso estudado.

Palavras-chave: Qualidade de Vida, Voleibol, Atletas.

REPUBLIC OF VOLLEY: THE PERCEPTION OF QUALITY OF LIFE AND SPORTS PERFORMANCE OF ATHLETES LIVING AWAY FROM THEIR FAMILIES

Abstract: Looking for better opportunities to become professionals, many young athletes leave home. It is known that living with relatives is important for personal formation and the lack of support given by them can affect the Quality of Life (QoL) of these young people. In this way, the aim of this study was to analyze the perception of QoL and athletic performance of athletes living in a "Republic" and to compare with athletes who live with their families. Participating in the study were 28 athletes, aged 14 to 17 years old, 14 athletes living in the team room and the same number who live at home with their families, of a female volleyball team from the base in the interior of Rio Grande do Sul. The mean scores for QoL of the athletes living in the Republic were 73.2 ± 4.6 points, whereas for the athletes living at home it was 72.93 ± 5.4 points. The groups didn't present significant differences among themselves, both in the general average and specifically in the Physical, Social, Psychological and Environmental domains. The fact of living away from the parents did not affect the QoL or the sports performance of the athletes in the case studied.

Keywords: Quality of Life, Volleyball, Athletes.

INTRODUÇÃO

O sonho de tornar-se atleta profissional, chegar a uma seleção brasileira, ou conquistar um título olímpico, leva muitos jovens a buscarem oportunidades e aperfeiçoamento que nem sempre estão à disposição nas localidades onde vivem com suas famílias. Clubes, associações e demais entidades que investem no esporte e tornam-se centros de reconhecida qualidade no desenvolvimento de determinadas modalidades, costumam receber atletas vindos das mais diversas localidades e regiões do país, disponibilizando alojamentos, apartamentos ou casas para acomodá-los, às quais chamam de "República".

Essas Repúblicas facilitam o acesso dos atletas ao local de treinamento, os aproximam de técnicos que podem projetá-los e oferecem estrutura para que se mantenham no dia a dia e evoluam em busca de seus sonhos. Apesar destes benefícios, há também o lado negativo, já que além do período de treinamento há ainda o período de competições, durante o qual permanecem muito tempo longe do convívio familiar. Neste contexto encontram-se inúmeros obstáculos, pois os atletas precisam cuidar de si mesmos e possuem suporte apenas dos colegas de República ou do profissional responsável por coordená-la, quando há. Essa realidade pode

afetar a Qualidade de Vida (QV) dos atletas, principalmente nos âmbitos social/psicológico e ambiental.

A Organização Mundial da Saúde - OMS (1994) define QV como sendo a percepção do indivíduo de sua inserção na vida e no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive. Considera o significado que tem seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. A OMS indica ainda quatro dimensões que auxiliam a mensurar o nível de QV de cada sujeito: relações sociais, ambiental, psicológico e físico.

A QV não possui uma única área de conhecimento através da qual se possa entender plenamente seu significado e sua mensuração. Almeida, Gutierrez e Marques (2012) afirmam que ela pode estar relacionada à saúde, moradia, lazer, hábitos de atividade física e alimentação. Afirmam ainda que existem dois pontos de vista através dos quais é possível considerar a QV: os objetivos e os subjetivos. Pontos de vista objetivos buscam uma análise pautada em elementos quantificáveis, considerando fatores como alimentação, moradia, acesso à saúde, emprego, saneamento básico, educação, transporte, entre outros. Os aspectos subjetivos caracterizam-se pela percepção dos sujeitos, voltados à sua satisfação frente às expectativas próprias, a pluralidade cultural da sociedade contemporânea onde está inserido e o respeito às expectativas de cada sujeito.

Estudos apontam para uma grande influência da prática esportiva sobre QV. Dentre estes estão o de Fletcher et al. (1997) que citam benefícios biológicos, como a melhora da densidade mineral óssea, prevenção da perda de massa óssea, aumento no consumo máximo de oxigênio, melhora na circulação periférica, aumento de massa muscular, melhora do controle da glicemia, melhora o perfil lipídico, redução ou manutenção do peso corporal, melhora no controle da pressão arterial, melhora a função pulmonar, ajuda na prevenção de doença coronária. Há também o de Matsudo e Matsudo (2000) que afirmam que a atividade física atua na melhora de aspectos psicológicos e sociais, como na autoestima, no autoconceito, na imagem corporal, nas funções cognitivas e de socialização, na diminuição do estresse, ansiedade e na diminuição do consumo de medicamentos.

Dentre as práticas esportivas mais populares no Brasil está o voleibol. Gonçalves, Melo e Pereira (2009) afirmam que esta modalidade é a segunda mais praticada no país. Seu sucesso e os resultados expressivos das seleções nacionais,

tanto na vertente indoor como na praia, possibilitaram uma grande exposição na mídia e transformam jogadores em ídolos (MARCHI JR., 2003). Com este cenário favorável, o voleibol tornou-se uma das modalidades que mais atraem jovens em busca do sonho de se tornarem atletas profissionais e, conseqüentemente, atletas que se enquadrem no perfil daqueles que buscam as “Repúblicas” como ferramenta facilitadora para seu desenvolvimento esportivo.

Considerando o contexto apresentado, os objetivos do presente estudo foram compreender o funcionamento de uma “República”, analisar a percepção de QV e rendimento esportivo de atletas de voleibol feminino de base que vivem numa e compará-las a de seus colegas que vivem em casa com os familiares. Espera-se que os resultados obtidos com este estudo tragam contribuições para a área de pesquisa em QV relacionada ao esporte, já que estudos com atletas jovens ou em formação são muito pouco abordados na literatura nacional.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este é um estudo quali-quantitativo, descritivo e comparativo. Foi desenvolvido com atletas de uma equipe de voleibol feminino representante de uma tradicional instituição esportiva do interior gaúcho.

A amostra constitui-se de 28 atletas de voleibol feminino com idade entre 14 e 17 anos, das categorias infantil e infanto-juvenil. As mesmas foram divididas em dois grupos de 14. Receberam denominação G1 o grupo de moradoras da República e G2 as que vivem em casa com seus pais. Os critérios de inclusão foram sexo feminino, ter entre 14 e 17 anos, ser atleta das equipes de competição e morar há pelo menos um ano na “República”. A escolha da amostra foi intencional, contemplando as atletas que moram no alojamento da equipe e igual número de atletas que moram em casa com suas famílias.

Os instrumentos utilizados para coleta dos dados foram o WHOQOL-bref e um questionário esportivo. O primeiro serve para verificação dos níveis de QV e é validado pelo grupo de estudos em QV da OMS. O segundo foi elaborado pelos pesquisadores e suas seis questões abertas versam sobre a percepção que as atletas têm das relações entre o local que vivem, seu rendimento esportivo e QV.

A coleta foi realizada no local de treinamento das atletas, em um momento agendado com o responsável técnico da equipe, para que não interferisse nos

treinamentos, estudos e tarefas diárias das atletas. Foi dada a todo o grupo uma explicação inicial sobre o preenchimento dos instrumentos, os quais logo a seguir foram respondidos individualmente. Durante o preenchimento os pesquisadores ficaram a disposição para elucidar qualquer dúvida por parte das atletas.

No item “Qualidade de Vida das atletas” estão apresentadas as variáveis quantitativas que foram submetidas à análise estatística descritiva e inferencial, utilizando-se o programa SPSS, versão 21.0. Os resultados dos níveis de QV foram descritos através das médias e desvio padrão geral e para cada dimensão (social, psicológica, física e ambiental) de ambos os grupos. A comparação intergrupos foi realizada por meio de Anova Oneway, com Post Hoc de Bonferroni, adotando um nível de significância de $\alpha \leq 0,05$. Para classificação dos níveis de QV foi utilizada a escala proposta por Padrão (2008), que considera a pontuação no WHOQOL-bref.

As variáveis qualitativas foram descritas através da análise de conteúdo proposta por Minayo (2010). A autora postula ser esta análise definida pela descoberta dos núcleos de sentido, que estabelecem uma comunicação sobre a frequência ou presença de um determinado significado para o objeto que está sendo analisado. Os núcleos percebidos foram categorizados como “República do Vôlei: estrutura e funcionamento”, “Percepções em relação à QV e rendimento para moradoras da República”, “Percepções sobre QV e rendimento esportivo das atletas que moram em casa”.

As atletas receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para ser assinado pelos pais, todos os cuidados éticos foram tomados para realização da pesquisa, sendo aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Univates – COEP, sob parecer número 1.919.927 (anexo A).

RESULTADOS

Primeiramente será apresentada a estrutura e o funcionamento da “República” e em seguida os resultados obtidos nos instrumentos Whoqol-bref e questionário esportivo.

“República do Vôlei”: estrutura e funcionamento

O trabalho que a instituição mantenedora da equipe investigada realiza na formação de atletas é reconhecido e citado como referência na modalidade no

Brasil. As ações de desenvolvimento de atletas vão desde a iniciação ao esporte e projetos esportivo-sociais de participação até equipes de rendimento nas categorias de base.

Em seu histórico apresenta conquistas importantes desde o nível regional ao internacional e revelou uma significativa quantidade de atletas que chegaram até as Seleções Brasileiras de base e equipes profissionais que disputam a Superliga Nacional. Devido ao grande destaque na formação de atletas, a equipe é procurada por jovens atletas de todas as regiões do país, que buscam o sonho de se tornarem jogadoras profissionais e seguirem carreira no esporte.

A estrutura da equipe conta com moradia para receber as atletas que vem de outras localidades. Até 2015 havia um alojamento dentro do colégio onde as atletas estudavam. Em 2016, este alojamento foi transferido para um prédio em frente à escola e passou a ser chamado de “República do Vôlei”.

A “República” é composta por três apartamentos moradia com dois quartos cada, em que residem 18 atletas, e um apartamento cozinha onde também reside o responsável pela República. Além dos horários de treinamento, na rotina das atletas está incluída uma hora por dia designada especificamente para as tarefas escolares.

As equipes de competição, das quais fazem parte estas 18 atletas que moram na República, são subdivididas em categorias conforme normas de idade da Federação Gaúcha de Voleibol. Estas categorias são mirim (até 13 anos), infantil (até 15 anos) e infanto-juvenil (até 17 anos).

Percepções em relação à QV e rendimento para moradoras da República

As atletas citaram como pontos positivos de morar na República para a QV: independência, responsabilidade e maturidade para lidar com os problemas diários. Como pontos negativos as atletas citaram saudades dos pais, pouco tempo de lazer, pouca privacidade, os desentendimentos diários que acabam atrapalhando o rendimento nos treinos também.

As atletas do G1 relataram como aspectos positivos de morar na República que contribuem para o rendimento: o melhor entrosamento com as colegas de equipe; proximidade com o local de treino facilitando os deslocamentos e possibilitando momentos de descanso entre uma atividade e outra; e uma possibilidade de alimentação mais regrada. Como pontos negativos foram

destacados não dormir o suficiente pelo barulho; definir prioridades (escola x treinamento), pois a preocupação em vencer todas as tarefas escolares às vezes atrapalha o rendimento; algumas vezes desentendimentos da República são levados para dentro de quadra, prejudicando assim a equipe. Foi alegado por seis das quatorze atletas que o fato de morar na República não afeta o rendimento, tanto positiva quanto negativamente.

As atletas consideram necessário para melhorar sua QV melhorar a organização para os estudos e passar menos tempo em sala de aula; não sofrer por saudade dos pais, além de ter mais lazer, se estressar menos, se alimentariam melhor, se empenhar mais nos treinamentos e gostariam de dormir mais.

Percepções sobre QV e rendimento esportivo das atletas que moram em casa

No questionário sobre QV e rendimento esportivo, as atletas do G2 afirmaram que o apoio dos pais em tarefas domésticas; o conforto de morar em casa; uma maior sensação de segurança e o suporte psicológico oferecido pelos pais em momentos de dificuldade favorecem uma boa QV. Quanto aos pontos negativos, mesmo que a maioria não tenha apontado nenhum, foram citados o fato de terem muitas coisas prontas, sem precisar “se esforçar” para conseguir e algumas discussões familiares.

Os pontos positivos que morar em casa traz para o rendimento são apoio psicológico em momentos de baixo rendimento nos treinos; a disponibilidade dos pais para levar e buscar nos treinos e campeonatos; mais privacidade e menos discussões com as colegas de equipe. A maioria das atletas deste grupo não percebe interferência negativa de morar em casa sobre seu rendimento esportivo, ainda assim, foram citados aspectos como pouco entrosamento com algumas colegas de equipe e a pressão dos pais por resultados satisfatórios.

Para melhorar a QV considerando os âmbitos social, físico, psicológico e ambiental, as atletas do G2 citaram precisar melhorar sua alimentação, organização com estudos, uma melhor relação com os pais.

Para melhorar o rendimento nos treinamentos e jogos, as atletas do G1 e do G2 percebem uma necessidade de evolução na concentração nos treinos; nos aspectos psicológicos; no seu condicionamento físico; na alimentação; separar os problemas pessoais das situações em quadra; necessidade de mais tempo para

descanso. Para uma atleta não havia nada a ser melhorado em sua QV, o mesmo ocorreu em relação ao rendimento.

Qualidade de Vida das atletas

Os resultados obtidos com o questionário WHOQOL-bref estão representados na tabela 1, divididos e comparados por grupos e pelos domínios Físico, Psicológico, Social e Ambiental da QV.

TABELA 1 – Média, desvio padrão e comparação dos escores de QV geral e em cada um dos domínios, entre os grupos G1 (n=14) e G2 (n=14).

DIMENSÕES	G1	G2	p
FÍSICO	70,7±10,1	69,1±13,6	0,73
PSICOLÓGICO	69,3±8,7	68,2±15,6	0,80
SOCIAL	79,8±14,5	79,8±12,1	1,00
AMBIENTAL	73±8,9	74,6±8,1	0,63
GERAL	73,2±4,6	72,93±5,4	0,95

Legenda: p<0,05 indica diferença significativa entre as médias dos grupos.

Fonte: Dos autores (2017).

A QV geral das atletas que vivem na república, mesmo não sendo a diferença estatisticamente significativa, apresentou escore mais elevado dos que os que moram em casa. Não foi encontrada diferença significativa entre os escores de QV, tanto geral quanto dividido em seus domínios. Considerando a escala de Padrão (2008) os dois grupos obtiveram uma média de QV considerada “Boa”.

Quando observamos os domínios de forma separada podemos afirmar que o domínio social é o que possui maior valor em relação aos outros domínios, chegando quase à classificação de “Muito boa”. Nos domínios, somente o Ambiental apresentou valor mais elevado em favor das atletas que vivem em casa com os pais, também sem valor estatisticamente significativo.

O domínio físico foi a terceira maior média, sendo maior no G1 do que no G2. O domínio psicológico foi o de menor escore nos dois grupos, quase chegando a classificação “Nem ruim nem boa”, sendo maior no G1.

DISCUSSÃO

Os bons níveis de QV em ambos os grupos podem ser explicados pela afirmação de Almeida, Gutierrez e Marques (2012) de que uma boa percepção da QV dependerá das possibilidades que tenham as pessoas de satisfazer adequadamente suas necessidades fundamentais. Isso está atrelado à capacidade de realização individual, ou seja, uma boa ou má percepção sobre a vida é relativa à qualidade do ambiente em que se encontra o sujeito. Sendo assim a estrutura fornecida pela equipe e pelos pais favorece os bons resultados das atletas. Considerando ainda o esporte inserido nesse contexto, é possível afirmar que transmite valores ligados ao consenso, integração e cooperação, podendo tanto se pautar em características e determinações do esporte de alto rendimento, como proporcionar um ambiente norteado pela busca do prazer e sociabilidade, que valorize as relações interpessoais, transmitindo valores de respeito por individualidades, cooperação, integração interpessoal e participação voluntária (MARQUES; GUTIERREZ; ALMEIDA, 2008).

O fato de as atletas que vivem na República citarem o bom relacionamento com as colegas de equipe e, as que vivem em casa, o suporte dos pais como pontos positivos, corroboram com o que afirmam Duncan, Duncan e Strycker (2002). Os autores postulam que a prática esportiva oferece suporte social nas mais variadas idades em diferentes níveis. Na prática de atividade física entre adolescentes, a amizade demonstra um papel tão importante quanto da família. Os autores afirmam ainda que o suporte proporcionado por amigos pode exercer funções de integração social ou companhia, relacionado aos esportes coletivos; de suporte emocional em forma de incentivo e apoio moral; de suporte informacional; de suporte instrumental, representado pelos recursos necessários à prática da atividade. Já o suporte familiar constitui uma importante fonte emocional, informacional e instrumental, além do exemplo, servindo de boa influência para a prática de atividade física. O estudo de Paiva et. al. (2016), realizado com estudantes universitários, percebeu melhora na intenção em praticar atividades físicas quando influenciados pelo apoio de seus amigos.

As afirmações de Duncan, Duncan e Strycker (2002) e Paiva et. al. (2016) podem auxiliar na compreensão dos altos escores encontrados no domínio Social, em ambos os grupos investigados. Além disso, não houve diferença significativa

neste domínio entre os grupos, assinalando para uma possível equivalência na percepção das atletas, onde elas encontram suporte com as pessoas próximas, substituindo em parte a falta do contato maior com os familiares ou com colegas de equipe, um pelo outro.

Mesmo que morar perto do local de treinamento e da escola favoreça o descanso entre as atividades diárias e facilite os deslocamentos e, embora relate valor maior para as atletas do G1, o domínio físico não apresentou diferença significativa. Costa e Samulski (2005) relatam que uma carga excessiva de treinamentos e competições, combinada com insuficiente recuperação, pode causar uma série de transtornos para a saúde como cansaço físico e mental, lesões, fragilidade muscular, dores e desconfortos físicos, resfriados e/ou reações alérgicas, entre outros, podendo prejudicar de alguma forma a QV. O estudo de Rother e Rempel (2016) mostrou que atletas mulheres preocupam-se mais com fatores relacionados à estrutura organizacional no ambiente de treinamento e competição e intervalos adequados de descanso e recuperação, interferindo em sua QV. As atletas de ambos os grupos ressaltam sua dificuldade de organização para realizar plenamente todas as tarefas diárias, em relação à escola e ao rendimento nos treinos, salientando as observações dos autores acima.

O domínio psicológico ser o de menor escore pode estar relacionado à faixa etária da amostra. A adolescência corresponde a um período de descobertas dos próprios limites, de questionamentos dos valores e das normas demonstrando uma necessidade de integração social, pela busca da autoafirmação e da independência individual (SILVA e MATTOS, 2004). Durante a adolescência o indivíduo passa por momentos de desequilíbrios e instabilidades extremas, sentindo-se muitas vezes inseguro, confuso, angustiado, injustiçado, incompreendido por pais e professores, o que pode acarretar problemas para os relacionamentos do adolescente com as pessoas mais próximas do seu convívio social (DRUMMOND e DRUMMOND FILHO, 1998). Biazussi (2008) encontrou resultados que apontam para o aumento da autoestima, do autoconhecimento corporal e do cuidado com a aparência física a partir da prática do exercício físico. Além disso, encontrou também melhora na capacidade funcional, redução da obesidade e melhora da QV em adolescentes.

O domínio ambiental foi o único maior no G2 quando comparado ao G1, provavelmente pelo fato de as meninas que moram com os pais terem um suporte

adequado, possuírem maior privacidade e tranquilidade para realizar suas tarefas, como ressaltado por elas “a disponibilidade dos pais para levar e buscar nos treinos e campeonatos, mais privacidade e menos discussões com as colegas de equipe”. Gordia, Quadros e Campos (2009) explicam que o domínio do meio ambiente refere-se à segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, disponibilidade e qualidade dos cuidados de saúde e sociais, oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, participação e oportunidades de recreação/lazer e ambiente físico (poluição, ruído, trânsito, clima e transporte).

As respostas do questionário subjetivo sobre rendimento e QV mostram uma preocupação por parte das atletas de ambos os grupos em relação à administração de seu tempo para contemplar as atividades escolares e dedicar-se plenamente ao treinamento. O estudo de Zenha, Resende e Gomes (2009) reforça que uma boa organização do tempo é considerada um fator importante no sucesso escolar, os estudos não influenciam negativamente a prática desportiva assim como a prática desportiva não influencia negativamente o rendimento escolar, uma das principais dificuldades sentidas pelos atletas é a impossibilidade de poderem adaptar o horário escolar ao seu horário de treino assim como as atletas de ambos os grupos deste estudo.

As atletas percebem ainda a importância de hábitos de vida mais saudáveis, já que citaram cuidar da alimentação como algo positivo e a melhorar em ambos os grupos, no estudo de Moreira et. al. (2015) observou-se que essa faixa etária associa uma boa qualidade de vida à prática esportiva e hábitos de vida saudáveis.

As atletas do G1 citaram precisar de muita responsabilidade, maturidade e independência. Almeida e De Rose Jr. (2010) afirmam que o esporte desempenha um importante papel na formação do homem e da vida em sociedade, desenvolvedor da socialização e transmissor de valores, é também um instrumento de educação e saúde. A atividade esportiva durante a adolescência utiliza-se da cooperação para formar seres íntegros, equilibrados, alegres, solidários, criativos, críticos, cientes de suas qualidades e dificuldades, respeitadores dos menos habilidosos, sensíveis, com identidade pessoal preservada e cooperativa no coletivo (GÁSPARI; SCHWARTZ, 2001).

No estudo de Vissoci et. al. (2013) atletas de futsal feminino relataram alto envolvimento dos pais, de suporte e favorecimento de autonomia, com presença de

apoio afetivo e estrutural dos pais para a prática. Este estudo elucida a situação da maioria das meninas que mora com os pais, e levanta uma preocupação quanto à distância que os pais moram das meninas da República. Ainda sobre o apoio dos pais, o estudo de Nakashima, Nascimento Jr. e Vieira (2012) aspectos de suporte relacionam-se à autoestima, possibilitando que a atleta se sinta competente e segura para realizar sua atividade, ao sentir sua capacidade e esforços valorizados pelos familiares, o incentivo prestado pelos familiares foi uma atitude positiva citada, permitindo que mantenha sua motivação ao perceber o interesse sobre si e o apoio que recebe para praticar o esporte. Por outro lado, as críticas feitas e comparações com outras atletas foram identificadas como aspectos negativos à sua participação no esporte, assim como citado pelas atletas do G2.

Quando questionadas sobre o rendimento esportivo as atletas afirmam que necessitam melhorar aspectos psicológicos, concentração, e de condicionamento físico, assim como Leite (2000) apud Moreira e Simões (2002) afirma que a prática de atividade física regular está ligada à performance do indivíduo que possui grandezas como: constituição física, capacidades e potências metabólicas aeróbia e anaeróbia, influências ambientais e psicossociais, habilidades técnicas e táticas para a prática escolhida. As atletas de ambos os grupos afirmam que têm dificuldade em separar os problemas pessoais das situações em quadra, o estudo de De Rose Jr., Barroso e Rosa (2000) o nível de estresse foi significativamente maior para as meninas com idades entre 15 e 18 anos, alegando fatores como período pré-competição, desentendimentos com técnico, colegas de equipe e arbitragem como causadores desse estresse. Para as atletas do G1 o fato de conviver muito tempo com as colegas pode ter sido causador de desentendimentos e estresse.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados apresentados e discutidos, pode-se concluir que as atletas de ambos os grupos possuem um bom nível de QV e que, de modo geral, demonstram satisfação com seu rendimento nos treinamentos e jogos. As atletas que vivem em ambos os contextos, na República ou com a família, apresentam bons escores em todos os domínios e compensam, cada uma da sua forma, as possíveis faltas que sentem no seu dia a dia. Uma das hipóteses levantadas antes do início deste estudo era que as atletas que vivem na República apresentassem uma QV

menor que as que moram com seus familiares, devido a todo o suporte que os pais podem oferecer. Mas isso não se confirmou neste estudo onde, inclusive, os valores encontrados foram menores para as atletas que vivem em casa.

Deve-se ter cuidado com a tentativa de generalizar os resultados aqui apresentados, pois as Repúblicas contam cada qual com uma realidade distinta. Neste caso, possivelmente o nível elevado de QV das atletas do G1 possa ter sido influenciado pela ótima estrutura oferecida pela entidade mantenedora da mesma. Não foram encontradas na literatura referências que possam comparar a estrutura aqui investigada com outros centros esportivos, mas destaca-se a preocupação com o conforto e o suporte dados às atletas, para que possam render no voleibol sem esquecerem-se das suas responsabilidades escolares ou terem prejuízos na QV. Além disso, a equipe investigada é reconhecida como referência na formação de atletas e como tendo uma excelente estrutura de trabalho.

Para aprofundar o tema em investigações futuras, sugere-se considerar o momento da temporada no qual se coletam os dados. Embora neste estudo não se tenha controlado este fator, é possível imaginar que os escores sofram alterações e os resultados sejam diferentes quando avaliados em períodos competitivos ou de provas escolares, nos quais as atletas relatam elevar os níveis de estresse e desgaste no ano.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, Marco A. B. de; GUTIERREZ, Gustavo L.; MARQUES, Renato. **Qualidade de vida:** Definição, conceitos e interfaces com outras áreas de pesquisa. São Paulo, Escola de Artes, Ciências e Humanidades - EACH/USP, 2012.
- ALMEIDA, Marco A. B. de; DE ROSE JR., Dante. Fenômeno Esporte: Relações com a Qualidade de Vida. In VILARTA, Roberto; GUTIERREZ, Gustavo L.; MONTEIRO, Maria I; **Qualidade de Vida:** Evolução dos Conceitos e Práticas no Século XXI, Ipês: Campinas, 2010.
- BLAZUSI, Rosane. Os benefícios da atividade física aos adolescentes. 2008.
- COSTA, Leonardo Oliveira P.; SAMULSKI, Dietmar Martin. Processo de validação do questionário de estresse e recuperação para atletas (RESTQ – Sport) na língua portuguesa. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.1, n. 13, p. 79-86, 2005b.
- CUNHA, Renata de Andrade; PÉREZ MORALES, Juan Carlos; SAMILSKI, Dietmar Martin. Análise da percepção de qualidade de vida de jogadores de voleibol: uma

comparação entre gêneros. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.22, n4, p.301-10, out./dez, 2008.

DE ROSE JR, Dante. O estresse e suas implicações no desempenho esportivo. In: BARBANTI, Valdir J.; AMADIO, Alberto C.; BENTO, Jorge O.; e MARQUES, António T. **Esporte e Atividade Física: interações entre rendimento e saúde**. Barueri: Manole Ltda., 2002.

DUNCAN, Susan C.; DUNCAN, Terry E. STRYCKER, Lisa A. **Sources and Types of Social Support in Youth Physical Activity**. American Psychological Association, Oregon, 2002.

DRUMMOND, Maria Caetano C.; DRUMMOND FILHO, Hélio Caetano. **Drogas: a busca de respostas**. São Paulo: Loyola, 1998.

FREITAS, Alexandre M. de; TUBINO, Manoel J. G. Contribuições sobre causas de aderência às práticas esportivas na perspectiva do lazer no Rio de Janeiro. **Fitness & Performance Journal**, v.2, n.4., Rio de Janeiro, 2003.

FLETCHER, Gerald F. **How to implement physical activity in primary and secondary prevention: a statement for healthcare professionals from the Task Force on Risk Reduction**. American Heart Association, 1997.

GÁSPARI, Jossett C. de; SCHWARTZ, Gisele M. Adolescência, esporte e qualidade de vida. **Revista Motriz**, Vol. 7, n.2, pp. 107-113, São Paulo jul - dez 2001.

GONÇALVES, Kessia dos S. M.; MELO, Stefanie L. P.; PEREIRA, Erik 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. V14. N° 132. Maio de 2009. Acesso em 14 outubro 2016. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd132/qualidade-de-vida-de-praticantes-de-voleibol-de-praca.htm>>

GORDIA, Alex P. (Org.) Domínio social da qualidade de vida de adolescentes e sua associação com variáveis comportamentais, biológicas e sociodemográficas. **Revista de Educação Física/UEM**, vol.26, n.3, pp.451-463. ISSN 0103-3948, 2015. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-30832015000300451&script=sci_abstract&tlng=pt > Acesso em: 20/04/2017.

GORDIA, Alex P.; QUADROS, Teresa Maria B. de; CAMPOS, Wagner de. Variáveis sociodemográficas como determinantes do domínio meio ambiente da qualidade de vida de adolescentes. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, vol.14, n.6, Rio de Janeiro 2009. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232009000600035 > Acesso em: 15/05/2017.

INTERDONATO, Giovanna C.; GREGUOL, Márcia. Qualidade de vida percebida por indivíduos fisicamente ativos e sedentários. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Editora Universa: 2010, 18(1):61-67.

MARCHI JR., Wanderley, **Três décadas de história do voleibol brasileiro**. João Pessoa, Simpósio Nacional de História, 2003.

MARQUES, Renato; GUTIERREZ, Gustavo e ALMEIDA, Marco. O esporte contemporâneo e o modelo de concepção das formas de manifestação do esporte. **Revista Conexões**. v. 6, n. 2, p. 42- 61, 2008.

MATSUDO, Sandra Mahecha, MATSUDO, Victor K.R, NETO, Turíbio Leite Barros. Efeitos Benéficos da Atividade Física na Aptidão Física e Saúde Mental Durante o Processo de Envelhecimento. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. v.5, n.2, p.60-76, 2000.

MINAYO, Maria Cecília de S. **Pesquisa qualitativa em saúde**. 8.ed. São Paulo: Hucitec, 2010.

MOREIRA, Ramon (Org.). Representações sociais de adolescentes sobre qualidade de vida: um estudo de base estrutural. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, vol.20, no.1, Rio de Janeiro 2015.

MOREIRA, Wagner W.; SIMÕES, Regina. **Esporte como fator de qualidade de vida**. Piracicaba: UNIMEP, 2002.

NAKASHIMA, Fernanda S.; NASCIMENTO JUNIOR, José Roberto A.; VIEIRA, Lenamar F. O papel dos pais na trajetória esportiva de atletas de ginástica rítmica. **Revista Pensar a Prática**: Goiânia, v. 15, n. 4, p. 821-113, out./dez. 2012.

OKAZAKI, Fábio H. A. **Estudo da relação da autoestima com o estresse pré-competitivo e performance do atleta de voleibol feminino de alto rendimento**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Curso de Educação Física, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2005.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). (. p 41-60) In: Orley J, Kuyken W, editors. **Quality of life assessment: international perspectives**. Heidelberg: Springer Verlag, 1994.

PADRÃO, Marta Bellazzi. **Avaliação da qualidade de vida de doadores vivos após o transplante renal utilizando os instrumentos SF-3 e WHOQOL-bref**. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde). Faculdade de Ciências Médicas, São Paulo, 2008.

PAIVA, Hermes Koller de; CAMARGO, Édina Maria de; SILVA, Alexandre A. de Paula da; REIS, Rodrigo Siqueira. Associação entre a intenção para a prática de atividade física, apoio social e atividade física. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, 18(6):667-677, 2016.

ROTHER, Rodrigo Lara; REMPEL, Claudete. Voleibol, treinamento e qualidade de vida de jovens atletas: reflexões teóricas. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. Buenos Aires. Ano 21. N° 216. Maio de 2016. Acesso em 16 maio 2016. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd216/voleibol-treinamento-e-qualidade-de-vida.htm>>

SILVA, V. e MATTOS, H. Os jovens são mais vulneráveis às drogas?. Em PINSKY, Ilana; BESSA, Marco Antônio (Orgs.); **Adolescência e drogas** (pp. 31-44). São Paulo: Contexto, 2004.

VISSOCI, João Ricardo N.; FIORDELIZE, Suellen de Souza; OLIVEIRA, Leonardo Pestillo de; NASCIMENTO JUNIOR, José Roberto A. do. **A influência do suporte parental no desenvolvimento atlético de jogadoras de futsal. Revista Psicologia: Teoria e Prática**, 15(1), 145-156. São Paulo, SP, jan.-abr. 2013.

ZENHA, Vítor; RESENDE, Rui; GOMES, António Rui. **Desporto de alto rendimento e sucesso escolar**: análise e estudo de factores influentes no seu êxito. In FERNÁNDEZ, J. ; TORRES, G. ; MONTERO, A., ed. lit. - "Congresso Internacional de Deportes de Equipo, 2, Coruña, Espanha, 2009: actas". [S.l.: Editorial y Centro de Formación Alto Rendimiento, 2009].