

CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO JOSÉ
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Pedro Alexandre Da Cruz Fernandes

Abandono no esporte entre jovens

Rio de Janeiro

2024.1

Pedro Alexandre Da Cruz Fernandes

Abandono no esporte entre jovens

Projeto de pesquisa apresentado para
a Disciplina de TCC I e TCC II, sob a
orientação do Professor Doutor Pablo
Rodrigo de Oliveira Silva.

RIO DE JANEIRO
2024
SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	
2. METODOLOGIA	
3. RESULTADOS	
4. DISCUSSÃO	
5. CONCLUSÃO	
6. BIBLIOGRAFIA	

1. INTRODUÇÃO

O exercício físico tem benefícios sociais significativos, especialmente no que diz respeito aos aspectos biopsicossociais dos indivíduos, ou seja, na sua formação integral, especialmente durante a infância e adolescência (MEDEIROS et al., 2021).

O desporto escolar é definido como uma atividade física organizada que visa garantir a prática acessível a todos os alunos, promovendo seu desempenho posteriormente (BEZERRA et al., 2019).

A prática desportiva contribui positivamente para o desenvolvimento físico, técnico, tático e psicológico, além de promover o desenvolvimento educacional e social. É um fator cultural que proporciona interação e atividade social significativas (Vilarinho 2021)

As crianças que mantiveram a participação no desporto tiveram taxas mais baixas de dificuldades psicológicas relatadas pelos pais aos 10 anos, em comparação com as crianças que abandonaram o desporto. Também foram relatados menos problemas de internalização para as crianças que participaram em desportos organizados (Vella 2015)

No decorrer da formação do esportista é comum ocorrer o abandono ao esporte. O abandono da prática desportiva está relacionado a fatores intrínsecos, como a falta de autoconhecimento e a busca por realizações prazerosas, como superação e saúde, e fatores extrínsecos, como influências dos pais, sociedade e mídia (BEZERRA et al., 2019).

Com base numa elevada prevalência, o abandono de desportos extracurriculares organizados durante a infância e adolescência pode ser um importante comportamento de saúde pública considerar (Vella 2020.)

Sendo esse abandono gerando grande impacto na saúde na fase adulta,

A prática desportiva durante a infância e adolescência está associada a uma maior aptidão física na idade adulta, comparativamente aos indivíduos que nunca praticam ou aos que cessam a participação na adolescência. Uma pergunta dicotômica simples sobre a participação esportiva durante a infância e a adolescência pode ser implementada para prever melhores resultados de condicionamento físico na idade adulta jovem. A infância e a adolescência podem ser uma fase oportuna da vida para os pais, as escolas e os

governos facilitarem a participação no desporto e prevenirem o abandono, uma vez que podem ter um impacto na redução dos riscos a longo prazo, com benefícios económicos e de saúde associados. (Haynes 2021)

Sendo a participação dos pais de suma importância na manutenção da criança na atividade desportiva, Quatro variáveis previram o abandono dos desportos organizados aos 10 anos: menor rendimento familiar; língua principal falada em casa (diferente do inglês); menor escolaridade dos pais; e, criança não levada a evento desportivo. (Vella 2014)

JUSTIFICATIVA

As crianças que mantiveram a participação no desporto tiveram taxas mais baixas de dificuldades psicológicas relatadas pelos pais aos 10 anos, em comparação com as crianças que abandonaram o desporto. Também foram relatados menos problemas de internalização para as crianças que participaram em desportos organizados (Vella 2015.)

A especialização desportiva é um método de treino agora comumente utilizado por jovens atletas que esperam alcançar o sucesso ao nível da elite. Isto pode ser definido como escolher um desporto principal, abandonar todos os outros desportos para se concentrar num desporto e treino durante todo o ano mais de 8 meses por ano (Jayanthi 2019.)

As crianças que mantiveram a participação no desporto tiveram taxas mais baixas de dificuldades psicológicas relatadas pelos pais aos 10 anos, em comparação com as crianças que abandonaram o desporto. Também foram relatados menos problemas de internalização para as crianças que participaram em desportos organizados (Vella 2015)

Compreender as principais razões que levam os adolescentes a abandonarem a prática desportiva é de grande importância para combater essa situação. Ao identificar os fatores

individuais, socioambientais e estruturais envolvidos nesse processo, será possível desenvolver estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

Dentro do exposto, o objetivo do estudo é realizar uma revisão sistemática para investigar os fatores e determinantes associados ao abandono do esporte por adolescentes, visando compreender as principais razões e identificar estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

OBJETIVO

3.1 OBJETIVO GERAL

Realizar uma revisão sistemática para investigar os fatores e determinantes associados ao abandono do esporte por adolescentes, visando compreender as principais razões e identificar estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Investigar o papel das estruturas esportivas e dos programas de treinamento na taxa de abandono esportivo entre adolescentes.

Identificar os fatores individuais que influenciam o abandono do esporte por adolescentes, como motivação, autoconfiança e interesse pessoal

2. METODOLOGIA

A metodologia usada no presente trabalho consiste em revisão bibliográfica de informações através de documento científicos, para mensurar a importância da continuidade do ingresso e da continuidade da pratica esportiva para os jovens.

Foram selecionados artigos nas seguintes bases de dados: Scielo, Google Acadêmico e PubMed. A busca foi restrita aos últimos 10 anos (2014-2024), usando as palavras

chaves:

Gênero, Esportes, Inclusão social, Abandono, Alta Competição, Idade, Motivação, Prática Desportiva, adolescentes, atletas, lesões atléticas, crianças, dor, estresse, adolescência, corpo gordo, saúde pública, juvenis, carreira, desistir, nível de elite, futebol, Teste ergométrico, Saúde pública.

A inclusão de alguns artigos mais antigos foi necessária devido à relevância científica demonstrada para a compreensão do tema. Foram incluídos artigos originais, com delineamento experimental (ensaios clínicos, randomizados ou não), observacional (estudos de caso-controle, estudos de coorte e estudos antes e depois) realizados em humanos. Foram excluídos os artigos que apresentaram falhas metodológicas que limitavam a interpretação dos dados. Além disso, alguns estudos de caso em inglês e português foram importantes para a interpretação deste trabalho, tendo em vista que, o abandono ao esporte por crianças e adolescentes é um problema que ocorre não somente no Brasil, como também no mundo todo.

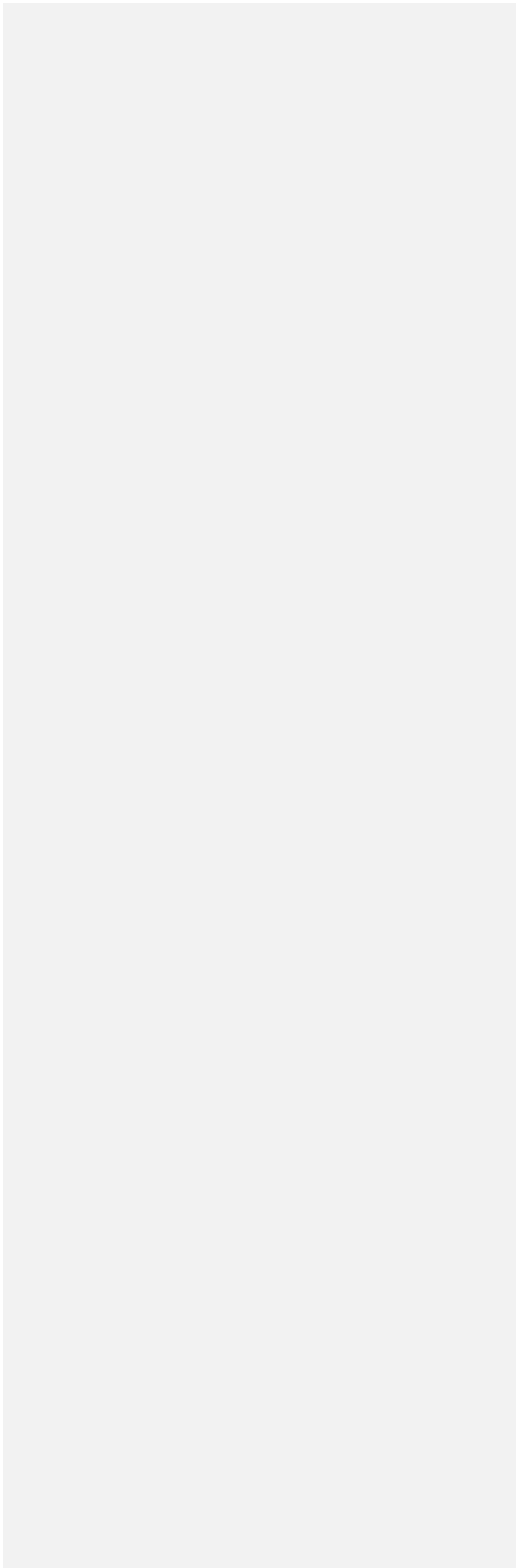
Após a aplicação dos critérios descritos acima, o trabalho foi realizado de forma descritiva e procurou-se extrair dados como: os autores e o ano de publicação, a qualificação dos artigos, o número de indivíduos, gênero e idade da amostra, o período de intervenção, o tipo de exercício físico, a frequência semanal, a intensidade, a duração e os efeitos encontrados.

3. RESULTADOS

Foram encontrados 18 artigos abordando o tema alvo, e desses 8 foram descartados por se tornarem inconclusivos e desses 10 que foram utilizados 5 foram os artigos principais usados como base, por possuírem uma pesquisa de campo sólida feita através de testes e questionários, através desses artigos podemos mensurar a importância da prática esportiva e sua manutenção, que ela não deve ser descartada ao longo da vida e que essa decisão gera impacto tanto na parte psicológica quanto na parte física do indivíduo, os artigos usados como base principal estão apresentados na tabela 1, que são artigos falando sobre motivos de desistência e aderência dos jovens no esporte, impacto da desistência na prática esportiva na fase adulta, crianças mais suscetíveis ao abandono

Comentado [PO1]: Ver se isso cabe em seu estudo

no esporte e variáveis psicológicas dos jovens que praticam e não praticam esportes coletivos.



Autor	Objetivo	Amostra	Protocolo	Conclusão
Bezerra et al 2019	Pesquisa foi feita para identificar os fatores que levam a adesão e ao abandono do desporto escolar por parte de adolescentes.	Esta pesquisa caracteriza-se como sendo um estudo de campo, descritivo, analítico de corte transversal, realizada com 367 adolescentes escolares de ambos os sexos da rede pública do município de Juazeiro do Norte	Foi utilizado uma adaptação do questionário de motivos de início, manutenção, mudança e abandono (MIMCA).	Os resultados apontam existir diferenças estatisticamente significativas entre os fatores motivacionais para adesão e abandono da prática desportiva quando comparado entre os sexos.

Rodrigues 2019	Esse estudo teve intuito de identificar adolescentes com maior probabilidade de abandono da atividade física e da participação esportiva, desde a infância até a adolescência.	Este foi um estudo transversal com dados retrospectivos sobre atividades infantis entre 803 adolescentes brasileiros. O estudo foi realizado em escolas públicas de Londrina, Paraná, em 2011.	A aptidão cardiorrespiratória foi estimada através do teste shuttle-run de 20 metros.	Maiores taxas de abandono de estilos de vida ativos durante a infância foram observadas entre meninas e adolescentes com baixa aptidão cardiorrespiratória.
Vella 2015	Este artigo avaliou as associações entre a participação esportiva e o desenvolvimento de forças e	Estudo de acompanhamento de dois anos de uma amostra de 4.042 crianças australianas que foram	Questionário de Pontos Fortes e Dificuldades	Maiores dificuldades psicológicas são sentidas pelas crianças que abandonam o desporto, e

	dificuldades psicológicas durante a infância.	acompanhadas dos 8 aos 10 anos de idade.		maiores problemas sociais e emocionais são vividos pelas crianças que abandonam o desporto e que não participam em desportos organizados
Vella 2014	Esse estudo buscou conhecer os determinantes socioecológicos da participação e abandono em desportos organizados numa amostra nacionalmente representativa de	Os dados foram extraídos das Ondas 3 e 4 do Estudo Longitudinal de Crianças Australianas. No total, foram incluídas 4.042 crianças	Os preditores socioecológicos foram relatados pelos pais e professores, enquanto as medidas cognitivas e de saúde foram avaliadas por	os indicadores socioeconómicos e o apoio parental é importante para evitar que a crianças abandone os desportos organizados

	crianças australianas.		profissionais treinados	
Haynes 2021	Investigar se a participação no esporte durante as fases de desenvolvimento da vida está associada à aptidão cardiorrespiratória (ACR) na idade adulta	402 participantes os participantes eram da Geração 2 do Estudo Raine. Questionários relacionados à participação no esporte foram aplicados às idades de 5, 8, 10, 14 e 17 anos	Estudo observacional longitudinal.	Pode se concluir que a participação no desporto durante a infância e adolescência está associada a uma maior aptidão física na idade adulta, em comparação com indivíduos que nunca participam ou que cessam a participação na adolescência.

4. DISCUSSÃO

O objetivo desta revisão foi mostrar detalhes a serem ressaltados, quando uma atividade esportiva está sendo conduzida seja ela de alta complexidade ou a mais simples possível, a chance do jovem praticante desistir ou se frustrar é sempre real, por exemplo Maiores taxas de abandono de estilos de vida ativos durante a infância foram observadas entre meninas e adolescentes com baixa aptidão cardiorrespiratória (Rodrigues.2019)

Então qual seria a diversão na partida de futebol da escolinha se você não consegue fazer o gol, qual a diversão de jogar uma partida de vôlei se você não consegue saltar para pegar a bola? O desempenho acaba tendo grande impacto positivo ou negativo em muitos casos, outro ponto é as percepções negativas das amizades também foram potenciais fatores de risco para a interrupção da atividade física e desportiva na infância (Rodrigues.2019), levando em consideração que os jovens são facilmente influenciáveis inclusive pelos seus pais que podem ter uma participação positiva na trajetória do praticante e evitando a desistência como mostra o estudo (Vella 2014)

Somando a isso outro artigo que fortifica essa ideia Destacam-se os seguintes fatores: Para adesão à prática desportiva (Superar a mim mesmo; Amadurecer pessoalmente; Se pratica no bairro; Influência dos pais; Poder competir; Porque tenho condições físicas; Por ter amigos que praticam este esporte (bezerra et al 2019)

essa ideia de que amizades, capacidades físicas e influência dos pais são altamente presentes nesses casos.

O esporte coletivo trabalha algumas vertentes específicas que só ele pode proporcionar, como a socialização e auxilia na adaptação do jovem em desenvolver o trabalho em grupo, aprender a conviver com indivíduos diferentes dos que ele está acostumado no seu dia a dia , como foi destacado no Artigo podemos concluir que maiores dificuldades psicológicas são sentidas pelas crianças que abandonam a prática desportiva, e maiores problemas sociais e emocionais são vivenciados pelas crianças que abandonam a prática desportiva e que não participam em desportos organizados (vella 2015)

Outro ponto que podemos ressaltar são as diferenças entre aptidões físicas dos adultos, prática desportiva durante a infância e adolescência está associada a uma maior aptidão física na idade adulta, comparativamente aos indivíduos que nunca praticam ou

aos que cessam a participação na adolescência(haynes 2021), porém nesse mesmo estudo Nas mulheres, os participantes Consistentes tiveram maior aptidão do que os Não participantes, mas não houve diferenças significativas na aptidão entre participantes Consistentes e desistentes.

Um grande motivo que também acaba levando os jovens a abandonarem o esporte são as lesões como podemos ver lesões por uso excessivo, lesões graves por uso excessivo e lesões nos membros inferiores foram provavelmente associadas a graus mais elevados de especialização esportiva em diversas populações (Jayanthi 2019), ou seja a especialização precoce pode acabar levando ao abandono dado alto índice de possibilidade de lesão, outro artigo que também complementa esse pensamento Um baixo nível de motivação interna e externa, más condições financeiras, elevada carga de stress, longas pausas devido a lesões, falta de tempo de jogo e outras prioridades, são fatores que levam os jogadores de elite a terminarem as suas carreiras no futebol ainda jovens(Amalie 2022), com isso podemos concluir que as lesões estão presentes em ambos os gêneros.

5. CONCLUSÃO

Concluimos que a prática esportiva durante a adolescência traz inúmeros benefícios para o desenvolvimento físico, psicológico e social dos jovens. No entanto, Concluimos com esse estudo que a evasão tem sido um problema por conta dos motivos citados nos artigos tais como, lesões, falta de participação dos pais ,pouca participação em eventos esportivos, condições financeiras, a distância de casa para os locais de prática do esporte E estratégia pra contornar esses contratempos podem ser tomadas tais como evitar a especialização precoce já diminuiria as lesões por esforço repetitivo, maior conscientização dos pais levando a sua participação, garantir a participação dos jovens nos eventos esportivos, oportunizar trabalhos sociais esportivos em áreas mais carentes, oportunizar mais locais de prática esportiva para facilitar o acesso são estratégias viáveis para conseguir reduzir a evasão desses jovens no esporte.

8. BIBLIOGRAFIA

Bezerra M; Santos B. Fatores de adesão e abandono da pratica desportiva em adolescentes escolares. Caderno de educação física e esportes V 17 N 2/ outubro 2019
Medeiros M; Vianna J. Motivos para o ingresso, a permanência e a evasão de meninas em Projetos de Inclusão Social por meio do esporte. Revista cocar (fluxo contínuo) v.15 N.32/ 2021.

Vilarinho M. O Abandono da Prática Desportiva.

uBibliorum (repositório digital da ubi) / julho 2021

Jayanthi N: Consequências na saúde da especialização precoce no esporte

Journal of Athletic Training v.54/ outubro 2019

Camprubí G. Uma abordagem sócio ecológica para reduzir a taxa de abandono da atividade física em pacientes com diabetes tipo 2 na atenção primária: o protocolo do estudo SENWI para um ensaio clínico randomizado.

Trials v.23 n 842/ 2022 outubro

Amalie I. Permanecer ou abandonar o futebol feminino de elite - fatores importantes.

Frontiers in Sports and Active Living/ abril 2022

Vella S. Preditores sócio ecológicos de participação e abandono em esportes organizados na infância. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity V11 artigos 62/ maio 2014

Vella S. Associações entre participação esportiva e dificuldades psicológicas na infância: acompanhamento de dois anos. Journal of Science and Medicine in Sport V18 p304–309/ maio 2015

Vella S. Prevalência de abandono de esportes extracurriculares organizados e associações com percentual de gordura corporal na infância e adolescência Revista BMJ Open Sport & Exercise Medicine/ maio 2020

Hayness A. Participação no esporte na infância e adolescência: implicações para o condicionamento físico adulto. Revista BMJ Open Sport & Exercise Medicine/ setembro 2021

Rodrigues D. Identificando crianças suscetíveis ao abandono da atividade física e do esporte: um estudo transversal. São Paulo medical journal/ outubro 2019

