

ESPORTE E RESILIÊNCIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Talita Silva Souza

Faculdade Maurício de Nassau, Campina Grande, Paraíba, Brasil

Dênis Oliveira Decussatti

Faculdade Maurício de Nassau, Campina Grande, Paraíba, Brasil

Resumo

O presente artigo objetivou compreender como os estudos associam resiliência ao esporte. Nossa pesquisa foi realizada nas bases de dados eletrônicas, Periódico CAPES, Scielo e BVS, com os seguintes descritores: Resiliência, Esporte e Resiliência, Resiliência e Educação Física, atendendo os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Essa investigação teve como base a análise de discurso na perspectiva de Bardin. Encontrou-se o fator de risco e proteção como uma condição determinante para o desenvolvimento da resiliência. Observamos que as pesquisas, em sua maioria, são realizadas por profissionais da área de psicologia e voltadas para o esporte de alto rendimento. Sendo assim, sugerimos que a resiliência também seja pesquisada dentro de outras perspectivas do esporte.

Palavras - chave: Resiliência. Esporte. Educação Física.

Introdução

O esporte exige uma dedicação intensa para a obtenção dos melhores níveis de desempenho, possibilitando alcançar resultados esperados (MCPHERSON; CURTIS; LOY, 1989), o que leva os atletas a desenvolverem regularmente habilidades para atingir seus objetivos, enfrentando tensões de ordem bio e fisiológica. É dessa forma que o esporte submete o atleta a obstáculos que precisam ser constantemente superados. Sanches (2007) evidencia isso quando afirma que a capacidade de superar adversidades pode ser considerada um aspecto a ser desenvolvido por meio da prática esportiva, já que esta oferece diversas situações consideradas de riscos. Nesse sentido é que existe uma série de fatores que operam e podem levar o atleta a um rendimento adequado, sendo capaz de superar situações de estresse e medo: um desses fatores é o elemento resiliência.

Para Tavares (2001), a resiliência possui três vertentes, adotadas pela Física, Medicina e a Psicologia.

Na Física, a resiliência é a qualidade de resistência ao choque, à tensão, à pressão, apresentada por um material ao qual, portanto, é permitido voltar à forma ou posição inicial sempre que é forçado ou violentado.

Já na Medicina, a resiliência é a capacidade de um sujeito resistir a uma doença, a uma infecção, a uma intervenção, com suas próprias forças ou com a ajuda de medicamentos.

Enfim, na Psicologia, a resiliência está associada à capacidade de as pessoas, individualmente ou em grupo, resistirem a situações adversas sem perder o seu equilíbrio inicial; isto é, a capacidade de reequilibrarem-se constantemente.

Quanto ao estado da arte, identificou-se que as pesquisas ligadas a temática evidenciam resiliência ao esporte de alto rendimento. Supomos que a predominância esteja ligada ao destaque na mídia, onde as características de resiliência são mais evidenciadas em atletas de alto rendimento, que por sua vez precisam desempenhar sua performance para obtenção do sucesso, ou caso ocorra, insucesso, superando sensações e sentimentos de pressão psicológicas e fisiológicas.

Estudo como o de Brandão (2011) relata que, no esporte, há pressões psicológicas e fisiológicas associadas aos treinamentos, competições e à sua organização social, evidenciando que o desempenho esportivo é um fenômeno complexo, afetado por características individuais e por fatores ambientais. Portanto, devido às pressões que os atletas enfrentam para obterem sucesso na carreira, a resiliência parece ser uma característica inerente a eles, pois, para o autor, somente aqueles que conseguem enfrentar e superar as incertezas e angústias do esporte de alto rendimento é que terão sucesso.

Sanches (2007) é de acordo que o esporte pode propiciar um ambiente que possibilita ao indivíduo vivenciar experiências positivas e, até mesmo, desenvolver algumas características que favoreçam a promoção da resiliência. O autor destaca o aprendizado em controlar os sentimentos, ter disciplina pessoal, ter comportamentos direcionados ao alcance de metas, maior tolerância ao sofrimento e maior resistência à frustração.

O termo resiliência tornou-se um conceito de fundamental importância na Psicologia e Educação Física, visto que nos estudos de Valle (2003, 2006) constatou-se que a vida do atleta não se resume apenas ao treinamento ou a competições, mas a uma série de paradoxos e conflitos com os quais ele precisa lidar. Sendo assim, esse estudo questiona: de que forma o fenômeno resiliência vem sendo associado ao esporte?

Nessa perspectiva, o presente estudo objetivou compreender como os estudos associam resiliência ao esporte. Mais especificamente, objetivamos mapear os estudos relacionados à resiliência no esporte; apontar as discussões que relacionam resiliência e esporte e sugerir novas aproximações do fenômeno resiliência na área em questão.

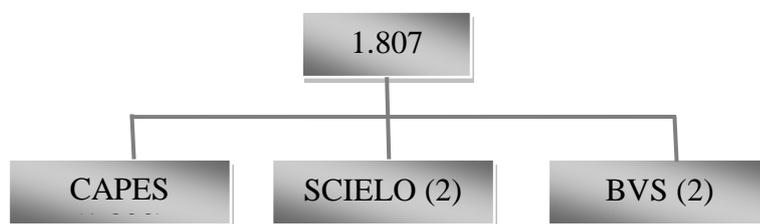
Método

Este estudo consiste em uma investigação científica caracterizada como revisão sistemática, definida por Brereton et al. (2007) como uma revisão de avaliação rigorosa e fiel das pesquisas realizadas a partir de um tema específico.

Os descritores utilizados foram: “resiliência”, “esporte e resiliência”, e “resiliência e educação física”. A pesquisa foi realizada através dos bancos de dados como os dos Periódicos CAPES (Coordenação de aperfeiçoamento pessoal de nível superior), da Scielo (Scientific Electronic Library Online) e da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde).

Uma vez selecionados os descritores, iniciamos a fase de coleta de artigos, cruzando os descritores nas bibliotecas virtuais. A busca foi realizada de junho a julho de 2015, tomando os descritores *resiliência*, *esporte e resiliência*, *resiliência e educação física*, o que resultou num total 1.807 artigos. Para avaliar os artigos, utilizamos nossos critérios de inclusão: ser artigo científico, publicado nos últimos doze anos, ou seja, de 2003 a 2015; ser do idioma português e inglês; apresentar disponibilidade do texto completo. Nossos critérios de exclusão foram: artigos com texto completo indisponível; não estar associado à temática da pesquisa; seleção duplicada. Após a aplicação dos critérios citados, restaram 7 artigos conforme pode ser observado no quadro 01 no tópico dos resultados. Na sequência, procedeu-se à leitura dos 7 artigos na íntegra.

A tabela abaixo descreve detalhadamente a quantidade de artigos encontrados nas bibliotecas virtuais através dos descritores *resiliência*, *esporte e resiliência*, *resiliência e Educação Física*.



Fase de Critérios de Inclusão

Ser artigo científico	1.364
Artigos publicados de 2003 a 2015	1.279
Idiomas Português e Inglês	279
Disponibilidade do texto completo	261

Fase de Critérios de Exclusão

Indisponibilidade do texto	258
Não estar associado ao tema	249
Seleção duplicada	2

As análises dos dados foram feitas a partir de Bardin (2009). Para a autora, a análise de discurso é caracterizada por um conjunto de técnicas de análise das comunicações que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens.

Por fim, enviamos emails para os autores pesquisados, questionando-os sobre a motivação em escrever sobre a temática abordada. A partir das respostas obtidas, buscamos compreender a trajetória acadêmica e construir relações com os artigos publicados

Resultados

Foi realizada uma pesquisa em base de dados cujo resultado está exposto na tabela abaixo, destacando autores, ano de publicação e título do estudo.

Tabela 1 - Resultados da busca

Autor e ano	Título
Brandão; Mahfoud; Nascimento (2011)	A construção do conceito resiliência em psicologia: discutindo as origens.
Pinheiro (2004)	A resiliência em discussão.
Sanches (2007)	A prática esportiva como atividade potencialmente promotora de resiliência.
Valle (2007)	Coaching e resiliência: intervenções possíveis para pressões e medos de ginastas e esgrimistas
Sanches; Rubio (2011)	A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência.
Cevada; Silva; et al. (2002)	Relação entre esporte, resiliência, qualidade de vida e ansiedade.
Fontes; Brandão (2013)	A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano.

Fonte: Dados do estudo.

Com a proposta de estudar o fenômeno *resiliência* na área esportiva, inicialmente realizou-se um estudo sobre a definição do conceito resiliência. Brandão et al. (2011), em seu artigo *A construção do conceito resiliência em psicologia: discutindo as origens*, investigou na literatura a forma como pesquisadores concebem o conceito de resiliência. O conceito foi construído a partir de diferentes pontos de vista no campo da resistência dos materiais, partindo da Física e associações com a Psicologia.

O estudo discute a origem do termo na Física que, por sua vez, está ligada à resistência dos materiais. Conforme Nash (1982, p.5), resiliência “é a capacidade de um material absorver energia, ser deformado e voltar a sua forma original”. Na Psicologia, segundo o autor, o termo esta relacionado à capacidade de recuperação de abalos sofridos.

Ainda sobre a definição de resiliência, Pinheiro (2004), em seu artigo *A resiliência em discussão*, revisa e discute o conceito de resiliência a partir da concepção de alguns autores que, por sua vez, apresentam imprecisões e controvérsias. Enquanto alguns autores defendem que a flexibilidade e versatilidade são características da pessoa resiliente, outros autores apontam como traço de personalidade ou temperamento, compreendendo a resiliência como um atributo individual ou fruto de interação com o ambiente.

Sanches (2007) investigou como a *prática esportiva pode ser uma atividade potencialmente promotora de resiliência*. Em concordância com o autor, para Koller (2006), resiliência tornou-se um conceito importante com o qual se pretende investigar como pessoas vivendo em ambientes hostis conseguem superar dificuldades e apresentar padrões adaptados de normalidade. Participaram do estudo de Sanches 11 adolescentes de uma instituição localizada em Campinas-SP, inseridos na prática de atletismo. Foi avaliado o laço de apoio social e afetivo por meio de entrevista com questões referentes a assuntos socioeconômicos e à entrada e experiência no projeto de atletismo.

Foi identificado que os participantes do projeto estabelecem metas para sua vida e projetam planos de carreira, descobrindo algo em que são bons e que lhes possibilita uma oportunidade de construir um futuro melhor. Sendo assim, os resultados apontaram que a prática esportiva contribui para o fortalecimento social e afetivo dos participantes, para a promoção de sua saúde psicológica, levando à resiliência.

No intuito de investigar os efeitos das pressões e medos nos atletas, Valle (2007) estudou *a resiliência como ferramenta de intervenção para auxiliar atletas a controlararem pres-*

sões e medos de forma que não se prejudique sua performance. No estudo, foram discutidos o estresse, compreendendo como seus efeitos intervêm na performance esportiva, principalmente ligados às pressões e aos medos. Spielberg (1981) reconhece que o estresse constitui um elemento natural da vida de qualquer indivíduo e como pode ser qualificado tanto de forma positiva quanto negativa. No ponto de vista de Roffé (2006), pressão é exigir do outro mais do que ele pode oferecer, ou exigir de si mesmo mais do que se pode dar.

Machado (2006) e Roffé (2005) ressaltaram que pressão e medo possuem relação direta com a autoconfiança. Para os autores, o desafio da psicologia do esporte é fazer com que atletas enfrentem pressões e medos em busca de um melhor resultado. Uma das estratégias é o treinamento de toda equipe profissional no intuito de auxiliar os atletas a atingirem suas metas, buscando o desenvolvimento de todo o seu potencial e a promoção da resiliência.

Partindo para a premissa do potencial educativo que o esporte promove, Sanches e Rubio (2011) pesquisaram *a prática esportiva como ferramenta educacional*. Os autores verificaram que a atividade esportiva, quando conduzida por profissionais capacitados, pode beneficiar o desenvolvimento global do praticante, contribuindo para a promoção de valores de cooperação como amizade e capacidade de superação (resiliência).

Em outra pesquisa, Cevada et al. (2012) compararam resiliência, qualidade de vida e ansiedade de ex-atletas de alto rendimento com a de indivíduos não atletas. Os resultados revelaram que ex-atletas apresentam uma maior satisfação com a vida. Sendo assim, na perspectiva dos autores, o esporte favorece a construção de um perfil mais resiliente que, por sua vez, influencia na qualidade de vida e em níveis de ansiedade.

Fundamentado na Teoria Ecológica do Desenvolvimento Humano, desenvolvido por Urie Bronfenbrenner (1996), o qual investiga o comportamento humano e as interações que o sujeito estabelece com o meio, Fontes e Brandão (2010) investigaram *a resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano*. O estudo das relações entre seres vivos e ambientes, no qual segundo os autores, os domínios das pessoas e do meio ambiente e os processos que ocorrem dentro e entre eles devem ser considerados e analisados de forma independente.

Dentro da perspectiva teórica, o desenvolvimento humano é uma série de procedimentos nos quais as inter-relações entre as características pessoais e o meio interagem a fim de produzir constância e mudança no Ser no decorrer de sua vida (ALVES, 1997).

Discussão

Após a explanação dos resultados, faremos uma análise mais aprofundada, discutindo aspectos importantes relacionados ao tema.

Fatores de risco e proteção: proximidade entre os autores

Os estudos mostram similaridade no conceito do fenômeno resiliência, indicando o fator de risco e proteção como condição determinante para o seu desenvolvimento. Autores relatam que a resiliência é uma característica que se desenvolve em condições adversas (fatores de risco), mas é fundamental que se tenham experiências positivas, apoio e cuidado (fatores de proteção) para a formação de um perfil resiliente.

Pinheiro (2004), por sua vez, inicia seu estudo relatando a história de personagens que, em algum período da sua infância ou vida adulta, enfrentaram adversidades. Nesse contexto, o autor traz o seguinte questionamento: como alguns seres humanos podem se recuperar de grandes perdas materiais ou emocionais? Como resposta, a Psicologia apresenta o conceito de resiliência como caminho teórico para compreender e discutir esse questionamento. Em Pinheiro (2004), ressalta-se que os fatores de risco devem ser interpretados individualmente,

pois respondemos de maneiras diferentes diante das adversidades. Nesse sentido, faz-se necessário não só abordar a resiliência individual, mas discutir nas famílias e grupos envolvidos em todo o processo.

Encontramos o conceito da resiliência ligado a fatores de risco e proteção em cinco dos setes artigos analisados. Os cinco artigos discutem claramente a importância de compreender a resiliência a partir da análise dos fatores de risco e proteção. O estudo dos artigos nos levou a constatar que a origem do termo resiliência provém de pesquisas que examinavam crianças expostas a fatores de risco, mostrando potencial para superar as adversidades.

Sobre a origem do termo, podemos enfatizar o estudo de Brandão e. al. (2011) ao analisar a construção do conceito resiliência. Observou-se que a origem do conceito surgiu a partir de pesquisas que investigavam como crianças ameaçadas em seu desenvolvimento poderiam alcançar sucesso e demonstrar competência, ou seja, o fator de risco e proteção.

Sanches (2007) também inicia seu estudo mostrando que o termo resiliência se tornou conceito importante, principalmente nos trabalhos relacionados à população em situação de risco social. O estudo examina crianças que, mesmo vivendo em ambientes desfavoráveis, conseguem superar as dificuldades e apresentar modelos de normalidade. Enfatiza, ainda, a importância do relacionamento positivo na infância. Sanches (2007) cita autores que defendem que o indivíduo irá desenvolver a qualidade resiliente de acordo com suas experiências saudáveis com pessoas próximas. O mesmo autor destaca, a seguir, que não só crianças pobres estão em situação de risco, como também aquelas de classe alta com famílias desestruturadas.

Sendo assim, encontramos a associação de criança à resiliência nos artigos de Sanches (2007) e Brandão (2011). O primeiro discute como algumas crianças, mesmo vivendo em ambientes adversos, conseguem superar as dificuldades e apresentar padrões de normalidade. O segundo discute o conceito de resiliência e encontra surgimento do constructo resiliência a partir das pesquisas que examinavam crianças em risco, mas apontavam indícios que seriam resilientes.

Já Brandão e Fontes (2013) partem da perspectiva do paradigma bioecológico, ou seja, a percepção e o significado da resiliência com base na interação do indivíduo com seu ambiente, trazendo entendimento dos chamados fatores de risco e proteção. Nessa perspectiva, a análise é aprofundada, examinando o desenvolvimento do indivíduo a partir de um sistema complexo, considerando quatro elementos: pessoa, processo, contexto e tempo.

Brandão e Fontes (2013) aprofundaram seu estudo dentro dessa perspectiva, mas não foram os únicos autores a seguirem como referência Bronfenbrenner, autor da teoria. Outros estudos evidenciam o autor, relatando que os fatores de risco e proteção devem ser analisados a partir da interação entre o indivíduo e o meio, no caso, o Modelo Ecológico de Bronfenbrenner.

Diante disso, é evidente que há pontos em comum entre os pesquisadores em que a resiliência é um processo psicológico que se desenvolve ao longo da vida a partir do binômio fatores de risco versus fatores de proteção, analisado a partir do paradigma bioecológico que, por sua vez, remete a uma inter-relação entre as características pessoais e o ambiente.

Artigos sobre resiliência: um panorama do tempo e espaço

A tentativa de compreender pessoas que permaneciam saudáveis apesar de expostas a adversidades despertou atenção dos pesquisadores americanos e ingleses na década de 1970 e 1980. Conforme Brandão et al. (2011), a finalidade da época era entender a que se devia esse fenômeno. Com isso, as pessoas que permaneciam constantemente saudáveis eram caracterizadas como “invulneráveis”. Com o passar do tempo, combinado ao avanço das pesquisas na área, o termo “invulnerável” foi substituído por “resiliente.”

Brandão et al. (2011) observou, em seu estudo, que o termo resiliência, na área da Psicologia, bem como em Educação Física, é recente no Brasil. O termo “resiliente” passou a ser difundido no fim da década de 1990 quando estudos de Psicologia começaram a se difundir por meio de matérias de auto-ajuda. Só assim, explica-se o fato de os estudos relacionados ao esporte e resiliência serem tão recentes.

Em nossa pesquisa de busca nas bases de dados supracitadas, um dos critérios de inclusão foram artigos publicados de 2003 a 2015. Nesse período, especificamente em 2004, publicou-se o primeiro artigo sobre a temática, denominado *A resiliência em discussão* (PINHEIRO, 2004) que, então, discutia o conceito de resiliência.

Percebemos que, no ano de 2004, a preocupação dos pesquisadores da área era compreender, buscar, revisar e discutir o conceito de resiliência. À época, portanto, havia uma preocupação dos autores e pesquisadores em explicar a origem do fenômeno.

Três anos depois, em 2007, as pesquisas começam a se interessar em averiguar a resiliência no contexto esportivo. Observamos com base em nossas análises um maior interesse pelo contexto esportivo ligado aos esportes de alto rendimento, o que pode ser visto no artigo *Coaching e resiliência: intervenções possíveis para pressões e medo de ginastas e esgrimistas* (VALLE, 2007).

Após o interesse por artigos que investigavam o esporte de alto rendimento, em um espaço de quatro anos, encontramos o surgimento de outros estudos ligados à resiliência. Em 2011, deparamo-nos com autores que estudavam a resiliência no âmbito esportivo. Mas, diferente do contexto anterior, estes estudos valorizavam uma perspectiva educacional. Dessa forma, constatamos a migração das investigações que aproximam resiliência e Educação Física a partir da publicação *A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência* (Sanches, 2011). As pesquisas sobre resiliência arrefecem sua perspectiva exclusivamente voltada para o esporte de alto rendimento, passando a investigá-la como ferramenta educativa.

Em 2011, o conceito do termo é resgatado, considerando-se a concepção dos autores de renome nacional e internacional. O estudo *A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens* (BRANDÃO, 2011) evidencia o resgate das questões conceituais. Nesse sentido, e de forma mais aprofundada, a resiliência passa a ser discutida como um conceito essencial à Educação Física, e novos estudos mostram como a prática esportiva pode potencializar a promoção da resiliência.

Outro aspecto observado em nossas análises está relacionado às regiões do país onde os estudos pesquisados foram desenvolvidos. Constatamos que dos sete estudos, cinco estão ligados à região sudeste. Outros dois, à região sul, demonstrando uma concentração das pesquisas que aproximam resiliência à Educação Física nessas duas regiões.

O aumento, portanto, de pesquisas ligadas a essa temática não compreende as regiões norte e nordeste, o que garante ainda mais importância ao nosso estudo na tentativa de contribuir para a reversão desse panorama.

Resiliência: da motivação interna dos autores a publicações na área de Psicologia e Educação Física

Podemos encontrar resiliência associada à capacidade de amar, trabalhar, ter expectativas e projetos de vida; dar sentido a nossa existência (PINHEIRO, 2004). Diante da possibilidade de associar o termo resiliência a aspectos existenciais, procuramos construir associações entre as motivações internas e publicações concretizadas. Para tanto, enviamos emails para os autores pesquisados, questionando-os sobre a motivação em escrever sobre a temática abordada. Com suas respostas, construímos o subtópico a seguir. Vale ressaltar que algumas

experiências foram relatadas pelos próprios autores, enquanto outras foram acessadas através de seus relatos em estudos, currículos e entrevistas.

Infelizmente, o contato via email com a autora Pinheiro (2004) constou como falha na notificação de entrega. Entretanto, superamos esse entrave por meio de pesquisas e análises do seu currículo lattes, atualizado em 2013. Pinheiro (2004) possui graduação em Psicologia pela PUC/PR, mestrado em Psicologia da Infância e Adolescência (UFPR) e doutorado em Psicologia Clínica na PUC/SP.

A obra produzida pela autora, que contribui para nossa revisão, denomina-se: *A resiliência em discussão* (PINHEIRO, 2004). Em nossas análises, observamos que não há uma relação evidente entre resiliência e prática esportiva. Nossa constatação torna-se ainda mais evidente ao analisarmos a carreira acadêmica da autora, ligada à área da Psicologia, mas distante da área de Educação Física.

Diferente de Pinheiro (2004), Valle (2007) direciona sua carreira para o âmbito esportivo. A autora é Psicóloga formada na PUC-RS, especialista em Psicologia do Esporte, Mestre em Psicologia Social e Psicóloga do Esporte.

Valle (2007) relata seu interesse pela psicologia do esporte a partir de observações em ambientes de treinamento. A autora iniciou seu trabalho com uma equipe de ginástica artística e, posteriormente, ampliou para a esgrima, natação, ginástica rítmica, vôlei e basquete. Buscando um aperfeiçoamento na área, procurou associar teoria e prática em seu programa de mestrado. Como resultado disso, Valle (2007) publicou o artigo *Coaching e resiliência: intervenções possíveis para pressões e medo de ginastas e esgrimistas*. No estudo, Valle (2007) colabora com nossa revisão, mostrando, em suas conclusões, que a resiliência é uma estratégia que vem sendo inserida no contexto esportivo, contribuindo para o enfraquecimento dos efeitos das pressões e medos dos atletas.

Diante da tentativa de conseguir um relato de autores que nos levasse ao caminho sobre os motivos que os fizeram tornar público o seu interesse e conhecimento pelo constructo resiliência, enviamos um email para Sanches (2011), a qual nos trouxe uma enorme contribuição no relato de como surgiu o termo resiliência em sua vida profissional.

Sanches (2011) é graduada em psicologia, mestre em Psicologia Escolar e doutora em Educação. Atuando como Psicóloga de um projeto social e equipe de atletismo, expressa a motivação que a levou à resiliência da seguinte forma: “nos treinos, chamavam a atenção as situações de dor, a persistência em treinar cansados, em ambientes desfavoráveis. Nas competições, a superação dos momentos de frustração, a derrota.”

As situações observadas motivaram a autora a refletir sobre os motivos que contribuíam para que alguns atletas conseguissem passar por situações desfavoráveis, que se recuperassem e voltassem mais fortes, enquanto outros desanimavam, deprimiam-se, ou até mesmo abandonavam o esporte. Através de suas reflexões e experiências práticas, a autora se deparou com o conceito de resiliência. Com isso, publicou sua tese de doutorado *Prática esportiva e resiliência* (2009). Posteriormente, em 2011, contribuiu com dois estudos que se tornaram artigos e base para a nossa revisão: *A prática esportiva como atividade potencialmente promotora de resiliência* (2011) e *A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência* (2011).

Ainda na tentativa de compreender as motivações dos autores utilizados em nossa revisão, e a partir de suas publicações, deparamo-nos com o artigo *A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens* (2011), produto da dissertação de mestrado: *Resiliência do que se trata?* (2009). Nossas pesquisas no currículo lattes nos levaram até um de seus autores. Brandão (2011) é formada em Psicologia, especialista em Psicopedagogia e mestre em Psicologia.

Brandão (2011) relata que se deparou com o termo resiliência, pela primeira vez, em 2005. A partir daí, começou a refletir sobre a resiliência em sua vida e na vida das pessoas

que ela acompanhava como psicóloga, entendendo que falar de resiliência é falar de força, de flexibilidade e de superação.

Motivada pela grande variedade de conceitos de resiliência e pela falta de consenso entre os pesquisadores, a pesquisa de Brandão (2011) trata de um estudo teórico sobre o conceito de resiliência. O mesmo conceito, portanto, que deu suporte a suas pesquisas acabou servindo de base para a nossa.

Até o momento, deparávamo-nos com autores com formação na área de Psicologia. Entretanto, Cevada (2012), autora do estudo *Relação entre esporte, resiliência, qualidade de vida e ansiedade* (2012), possui formação em Educação Física, mestrado em Psiquiatria e Saúde Mental e é pesquisadora do Laboratório de Neurociência do Exercício.

A autora demonstra, com sua experiência de ex-atleta da seleção olímpica de ginástica artística, o interesse em entender o fenômeno resiliência. Na tentativa de compreender um pouco mais o comportamento de atletas, utilizou o conceito de resiliência como base de seus estudos. Constatamos, assim, que o esporte tem associação direta com a motivação do autor na construção do estudo da resiliência.

Infelizmente não obtivemos sucesso no contato com a autora do artigo *A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano* (FONTES, 2013), tampouco tivemos acesso a seu currículo lattes. Entretanto, considerávamos importante o contato com a autora, visto que o tema do estudo está relacionado à resiliência no contexto bioecológico do desenvolvimento humano, teoria discutida nos demais estudos.

Com base nos relatos e investigações, identificamos que dos sete autores investigados, cinco são graduados em Psicologia e dois, em Educação Física. Constatamos, ainda, uma crescente perspectiva de pesquisas ligadas a pesquisadores da área de psicologia quando associamos a temática resiliência a esportes. Em contrapartida, o esporte está exposto em grande parte dos estudos, sendo utilizado como ferramenta potencial para o constructo da resiliência em pesquisas ligadas à Educação Física.

Considerações finais

Nesse artigo, apresentamos os estudos que relacionam resiliência e esporte. Com base em nossas análises, pudemos observar que as pesquisas relacionadas ao conceito resiliência partem da mesma perspectiva, indicando o fator de risco e proteção como um conjunto de fatores que servem como recurso para o indivíduo, auxiliando-o na adaptação em um momento de necessidade.

Foi importante observar como os estudos são recentes e o fato de, em sua maioria, serem realizados por profissionais da área de Psicologia, haja vista que cinco de sete publicações eram dessa área e apenas dois da Educação Física, motivados por experiências clínica e esportiva.

Em relação às concepções adotadas sobre o tema, percebemos maior interesse pelos esportes de alto rendimento. Nesse caso, supomos que isso deve ao fato de essas práticas caracterizarem-se por uma busca de uma superação constante. Entretanto, a política de esportes no Brasil é dividida em uma tríade de atuação: Esporte de alto rendimento, Esporte como atividade de lazer e Esporte como parte do processo educacional; o que nos impele, assim, a sugerir que a resiliência também seja pesquisada em outras perspectivas, tornando-a consistente nas três atuações.

SPORT AND RESILIENCE: A SYSTEMATIC REVIEW

Abstract

This study aimed to understand how studies associate resilience to sport. Our survey was conducted by electronic databases, such as Journal CAPES, Scielo and BVS with the following descriptors: Resilience, Sport and resilience, resilience and Physical Education, meeting the established inclusion and exclusion criteria. These series of studies were based on Bardin's studies of discourse analysis. We concluded that the risk factor and protection are a determining factor for the development of resilience. We note that research, in most cases, are carried out by psychology professionals and targets the high performance sport. Therefore, we suggest that resilience should also be researched within other sports perspectives.

Keywords: Resilience. Sport. Physical Education.

EL FÚTBOL AMERICANO EN EL ESTADO DE SÃO PAULO: LUTA POR LA LEGITIMIDAD ENTRE LOS REGULADORES ENTRE 2012 Y 2014

Resumen

El estudio tiene como objetivo realizar una revisión sistemática, el análisis de cómo el fenómeno de la resistencia se ha asociado con el deporte en el contexto de la Educación Física. Una vez conocidos los estudios relacionados con el deporte, la capacidad de recuperación y su definición, estos pueden contribuir al desarrollo psicológico y fisiológico del atleta. La búsqueda se realizó en las bases de datos electrónicas, revista CAPES, SciELO y BVS con los siguientes descriptores: Resiliencia, Deporte y resistencia, la resistencia y la Educación Física, el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión establecida. El proceso de revisión de los estudios implicó leer los títulos, resúmenes y textos completos.

Palabras clave: Resiliencia. Deporte. Educación Física.

Referências

ALVES, P. B. A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados. **Psicologia: Reflexão e Crítica**. v. 10, n. 2, p. 369-373, 1997.

ASSIS, S. G.; PESCE, R. P.; AVANCI, J. Q. **Resiliência**: enfatizando a proteção dos adolescentes. Porto Alegre: Artes Médicas, 2006.

BANDEIRA, D. R.; KOLLER, S. H.; HUTZ, C. S.; FORSTER, L. Desenvolvimento psicossocial e profissionalização: uma experiência com adolescentes de risco. **Psicologia Reflexão e Crítica**. v. 9, n. 1, p. 185-207, 1996.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. 6 ed. Lisboa: Edições 70, 2009.

BIOLCHINI, J.; MIAN, P. G.; NATALI, A. C. C.; TRAVASSOS, G. H. **Systematic Review in Software Engineering**, Technical Report. PESC - COPPE/UFRJ, 2005.

BRANDÃO, J. M.; MAHFOUD, M.; NASCIMENTO, I. F. G. A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. **Paidéia**. v. 21, n. 49, p. 263-271, 2011.

BRERETON, P.; KITCHENHAM, B. A.; BUDGEN, D.; TURNER, M.; KHALIL, M. Lessons from applying the systematic literature review process within the software engineering domain. **Journal of systems and software**. v. 80, n. 4, p. 571-583, 2007.

BIOLCHINI J. C. A.; MIAN, P. G.; NATALI, A. C. C.; CONTE, T. U.; TRAVASSOS, G. H. Scientific research ontology to support systematic review in software engineering. **Advanced Engineering Informatics**. v. 21, n. 2, p. 133-151, 2007.

BRONFENBRENNER, U. **A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

CEVADA, T.; CERQUEIRA, L. S.; MORAES, H. S.; SANTOS, T. M.; POMPEU, F. A. M. S.; DESLANDES, A. C. Relação entre esporte, resiliência, qualidade de vida e ansiedade. **Revista de psiquiatria clínica**. v. 39, n. 3, p. 85-89, 2012.

CECCONELLO, A. M. **Resiliência e vulnerabilidade em famílias em situação de risco**. 2003. Tese (Tese em psicologia do desenvolvimento) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

FERREIRA, A. B. H. **Novo dicionários Aurélio da língua portuguesa**. 2 ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

FONTES, R. C. C.; BRANDÃO, M. R. F. A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano. **Motriz: revista de educação física**. v. 19, n. 1, p. 151-159, 2013.

GRUNSPUN, H. **Criando filhos vitoriosos: quando e como promover a resiliência**. São Paulo: Atheneu, 2006.

GROTBERG, E. Nuevas tendencias em resiliencia. In: MELILLO, A.; SUÁREZ, E. N. (Orgs.) **Resiliência: descubriendolas próprias fortalezas**. Buenos Aires: Paidós, 2002, p. 19-30.

HAGUETTE, T. M. F. **Metodologias qualitativas na sociologia**. Petrópolis: Vozes. 2007.

HUTZ, C. S.; KOLLER, S. H. Questões sobre o desenvolvimento de crianças em situação de rua. **Estudos de Psicologia**. v. 2, n. 1, p. 175-197, 1997.

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

JUNIOR, D. R.; DESCHAMPS, S.; KORSAKAS, P. Situações causadoras de “stress” no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos. **Revista Paulista de Educação Física da USP**. v.13, n. 2, p. 217-290, 1999

JUNQUEIRA, M. F. P. S.; DESLANDES, S. F. Resiliência e maus tratos à criança. **Cadernos de Saúde Pública**. v. 19, n. 1, p. 227-235, 2003.

LUTHAR, S. S.; CICHETTI, D.; BECKER, B. The construct of resilience: a critica levaluation and guidelines for future work. **Child Development**. v. 71, n. 3, p. 543-562, 2000.

MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: da educação física ao esporte de alto nível**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MASTEN, A. S.; GARMEZY, N. **Risk, vulnerability and protective factors in developmental psychopathology**. New York: Plenum Press, 1985.

McPHERSON, B.D.; CURTIS, J.E.; LOY, J.W. **The social significance of sport: an introduction to the sociology of sport**. Champaign: Human Kinetics, 1989.

MELILLO, A.; SUÁREZ O. E.N.S. **Resiliência** – descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires: Paidós, 1994.

NASH, W. A. **Resistência dos materiais**. 2ª edição. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1982.

PINHEIRO, D. P. N.. Resilience in discussion. **Psicologia em estudo**. v. 9, n. 1, p. 67-75, 2004.

POLLETO, M.; KOLLER, S. H. **Resiliência: Uma perspectiva conceitual e histórica**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

ROFFÉ, M. **La preparación psicológica de la selección juvenil argentina sub-20 de fútbol para el Mundial 2001: ano de trabajo com futbolistas de elite**. Buenos Aires: Lugar editorial, 2005.

ROFÉ, M. Miedos y presiones: una Investigación con 200 futbolistas de diferentes culturas. **Revista Edeportes**. ano. 11, n. 97, 2006.

RÚBIO, K. **Encontros e Desencontros: descobrindo a psicologia do esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

SPIELBERGER, C. **Tensão e Ansiedade**. Rio de Janeiro: Haper e Row do Brasil, 1981.

SANCHES, S. M. A prática esportiva como uma atividade potencialmente promotora de resiliência. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**. v. 1, n. 1, p. 01-15, 2007.

SANCHES, S. M.; RUBIO, K. **A prática esportiva como ferramenta educacional**. Educação e pesquisa. v. 37, n. 4, p. 825-842, 2011.

SILVEIRA, D. R. **O sentido da resiliência: a contribuição de Viktor Emil Frankl**. 2006. Dissertação (Programa de Psicologia Social) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2006.

TAVARES, J. A resiliência na sociedade emergente. **Resiliência e educação**. v. 2, n. 1, 2001.

TROMBETA, L.H. A. P. **Resiliência em adolescentes: um estudo preliminar de variáveis e medidas**. 2000. Dissertação (Programa de Psicologia Escolar) – Universidade Católica de Campinas, Campinas, 2000.

TUBINO, M. J. G. O esporte educacional como uma dimensão social do fenômeno esportivo no Brasil. **Revista de Educação Física e Desporto**. v. 12, n. 1, 1996.

VALLE, M. **Atletas de Alto rendimento: Identidades em Construção**. Dissertação (Programa de Psicologia Social e da Personalidade). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

VALLE, M. A produção de diferenças pelo esporte. **Revista Psico**. n. 37, v.1, p 31-35, 2006.

VALLE, M. P. Coaching e resiliência: intervenções possíveis para pressões e medos de ginastas e esgrimistas. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**. v. 1, n. 1, p. 01-17, 2007.

WASH, F. **Fortalecendo a resiliência familiar**. São Paulo: Roca, 2005.

YUNES, M. A. M.; SZYMANSKI, H.; TAVARES, J. Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. **Resiliência e educação**. v. 2, n.1, p. 13-43, 2001.

.....

Recebido em: 30/07/2016

Revisado em: 05/04/2017

Aprovado em: 23/05/2017

Endereço para correspondência:

renatomarques@usp.br

Dênis Oliveira Decussatti

Faculdade Maurício de Nassau

R. Antônio Carvalho de Souza, 295

Estacao Velha, Campina Grande - PB

58410-050