

## Estado de humor em esportes coletivos: estudo de caso das equipes de Itatiba

### RESUMO

O estudo teve como objetivo investigar os estados de humor de atletas de esportes coletivos, das equipes da cidade de Itatiba/SP, participantes dos jogos regionais de 2018. Assim, foi utilizada a Escala de Humor de Brunel (BRUMS), junto a 34 atletas, voluntários, de ambos os sexos, com idades de 15 a 29 anos. Os participantes pertenciam a 3 equipes: Voleibol Masculino, Voleibol Feminino e Basquetebol Masculino. Os resultados demonstraram que no início da competição os atletas de todas as equipes apresentavam estado de humor positivo, já que o fator Vigor obteve os maiores escores, mas as atletas do Voleibol Feminino foram superiores nesse fator as demais equipes. Pode-se concluir que os atletas investigados apresentaram escores superiores ao fator Vigor, caracterizando a amostra com o perfil denominado de *iceberg*, perfil considerado ideal para o rendimento esportivo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado de humor; Esportes coletivos; Desempenho esportivo; Psicologia do esporte

### Ivan Wallan Tertuliano

Doutor  
Universidade Anhembi Morumbi, Escola de Ciências da Saúde. São Paulo, São Paulo, Brasil

ivanwallan@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6413-6888>

### Vivian Loietes de Oliveira Prado

Graduada  
Centro Universitário Adventista de São Paulo  
Departamento de Psicologia  
São Paulo, São Paulo, Brasil

vivianloietes@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3735-2918>

### Sthefannie Postal Dorneles

Graduada  
Centro Universitário Adventista de São Paulo  
Departamento de Educação Física  
São Paulo, São Paulo, Brasil

fannydorneles@outlook.com.br

<https://orcid.org/0000-0002-7100-4709>

### José Maria Montiel

Doutor  
Universidade São Judas Tadeu, Departamento de Psicologia. São Paulo, São Paulo, Brasil

montieljm@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-0182-4581>

### Daniel Bartholomeu

Doutor  
Centro Universitário Padre Anchieta  
Departamento de Psicologia  
Jundiaí, São Paulo, Brasil

d\_bartholomeu@yahoo.com.br

<https://orcid.org/0000-0001-8524-7843>

## **Mood state in collective sports: case study of Itatiba teams**

### **ABSTRACT**

The study aimed to investigate the mood states of athletes of collective sports, teams from the city of Itatiba/SP, participants of the regional games of 2018. Thus, the Brunel Mood Scale (BRUMS) was used, along with 34 athletes, volunteers, of both sexes, aged 15 to 29 years. Participants belonged to 3 teams: Men's Volleyball, Women's Volleyball and Men's Basketball. The results showed that at the beginning of the competition the athletes of all the teams presented a positive state of mood, since the Vigor factor obtained the highest scores, but the Female Volleyball athletes were superior in this factor the other teams. It can be concluded that the investigated athletes had higher scores to Vigor factor, characterizing the sample with the so-called iceberg profile, a profile considered ideal for sports performance

**KEYWORDS:** State of mood; Collective sports; Sports performance; Psychology of sport

## **Estado de humor en deportes colectivos: estudio de caso de los equipos de Itatiba**

### **RESUMEN**

El estudio tuvo el objetivo de investigar los estados de humor de jugadores de deportes colectivos, de los equipos de la ciudad de Itatiba/SP, participantes de los juegos regionales de 2018. Así, se utilizó la Escala de Humor de Brunel (BRUMS), junto a 34 jugadores, voluntarios, de ambos sexos, con edades de 15 a 29 años. Los participantes pertenecían a 3 equipos: Voleibol Masculino, Voleibol Femenino y Baloncesto Masculino. Los resultados demostraron que al inicio de la competición los jugadores de todos los equipos presentaban estado de humor positivo, ya que el factor Vigor obtuvo los mayores escores, pero las jugadoras del Voleibol Femenino fueron superiores en ese factor a los demás equipos. Se puede concluir que los jugadores investigados presentaron escores superiores al factor Vigor, caracterizando la muestra con el perfil denominado de *iceberg*, perfil considerado ideal para el rendimiento deportivo.

**PALABRAS-CLAVE:** Estado de humor; Deportes colectivos; Rendimiento deportivo; Psicología del deporte

## INTRODUÇÃO

No esporte, a busca por destaque e melhores resultados é comum e constante, e tal excelência se relaciona diretamente com o bom desempenho dos jogadores, tanto amadores quanto profissionais (SAMULSKI, 2009). Pesquisas têm demonstrado o quanto atletas e treinadores têm buscado uma preparação eficiente, que transpassa o preparo apenas físico e técnico, indo na direção da preparação psicológica, por meio de técnicas de administração do controle emocional, mais especificamente o estado de humor (BRANDT et al., 2011; COSTA et al., 2017; LIRA et al., 2017; OLIVEIRA; FOGAGNOLI; VIEIRA, 2015).

Segundo Weinberg & Gould (2017) o humor pode ser definido como um estado de ativação emocional ou afetiva, de duração variada e inconstante intensidade. Os autores apontam que o humor reflete os estados emocionais, corporais e comportamentais do indivíduo, assim como os seus sentimentos, pensamentos e entusiasmo durante a realização de uma dada tarefa. Logo, ao se tratar de desempenho esportivo, é necessário considerar não apenas a performance atlética, mas também, influências de características psicológicas e das emoções nas habilidades motoras (MACHADO, 2006).

Todavia, baseado no exposto, pode-se tecer que as alterações dos estados de humor podem comprometer o desempenho do atleta em seu contexto, pois são sensíveis às experiências do indivíduo e ocorrem de acordo com as circunstâncias percebidas no meio externo (BRANDT et al., 2014a). A forma com que o atleta percebe o que está a sua volta é influenciado pelo seu estado de humor, fazendo com que aumente ou diminua o impacto desses acontecimentos e também afete a sua reação (BARRETO, 2017; OLIVEIRA; FOGAGNOLI; VIEIRA, 2015).

Em um contexto de competição, o atleta pode encontrar-se sob um estado de estresse psíquico e, assim, os estados de humor podem demonstrar alteração, muito influenciado por alguns fatores como: a presença da torcida, o tipo de modalidade esportiva (coletiva ou individual), a modalidade ter ou não contato físico com o adversário, o gênero do atleta, a faixa etária etc. (BRANDT et al., 2014b; NUNES et al., 2014; ROTTA; ROHLFS; OLIVEIRA, 2014). Assim, o atleta que estiver psiquicamente mal preparado, pode apresentar um estado emocional que afete negativamente o seu desempenho, podendo produzir e/ou influenciar reações motoras e emocionais (BUENO; DI BONIFÁCIO, 2007).

Dessa forma, a compreensão e análise dos estados de humor passam a ser uma ferramenta útil para predizer a chance de sucesso durante uma competição, o que abre a possibilidade de intervir de maneira mais assertiva (BARRETO, 2017). Diante disso, evidencia-se a premissa de que

o bom preparo físico e técnico não são suficientes para que o atleta tenha resultados de excelência quanto ao seu rendimento (SAMULSKI, 2009), devendo-se compreender o contexto esportivo, também, sob a perspectiva de componentes psicológicos (MACHADO, 2006), sendo estes, fatores importantes e essenciais na prática esportiva.

Entretanto, para investigar os estados de humor, alguns instrumentos foram desenvolvidos (MCNAIR; LORR; DROPPLEMAN, 1971; TERRY, 1995; TERRY et al., 1999). No Brasil, o instrumento mais utilizado é a Escala de humor de Brunel (BRUMS) (TERRY et al., 1999). Cabe destacar que o uso frequente deste instrumento está relacionado ao fato de ter sido traduzido e validado para o Brasil (ROHLFS et al., 2008). Como exemplo do uso deste instrumento, com atletas brasileiros, vale destacar os estudos com atletas de Futsal (WERNECK et al., 2015), atletas de tiro (NEVES et al., 2016), atletas de beach soccer (ESCOBAR; LACERDA, 2010) e com atletas de diversas outras modalidades (BRANDT et al., 2014a, 2014b; FORTES et al., 2017; LIRA et al., 2017; ROTTA; ROHLFS; OLIVEIRA, 2014). Esses estudos demonstram-se relevantes por serem recentes e por abordarem a importância deste instrumento para a avaliação de atletas.

Porém, desses estudos, apenas um trabalho (BRANDT et al., 2014a) foi conduzido com atletas de jogos regionais, demonstrando a necessidade de mais estudos sobre a temática junto a atletas de jogos regionais, justificando o presente estudo. Cabe tecer que os jogos regionais apresentam uma característica peculiar, pois muitos atletas atuam em clubes de diferentes partes do país e, apenas durante os jogos regionais, reúnem-se para defender uma cidade/equipe específica.

Dessa forma, pode-se especular que essa “convocação” para defender uma cidade/equipe, por um período curto de tempo, pode ser um fator estressante para esses atletas, influenciando seus estados de humor. Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi investigar os estados de humor de atletas de esportes coletivos, das equipes da cidade de Itatiba/SP, participantes dos jogos regionais de 2018 que ocorreram na cidade de Santa Bárbara d’Oeste/SP.

## **MATERIAIS E MÉTODO**

### **Participantes**

Para a realização deste estudo, participaram de forma voluntária 34 atletas, de ambos os sexos (23 homens e 11 mulheres), com idades de 15 a 29 anos ( $M=20,41$  e  $DP=4,00$ ) (Tabela 1). Os participantes eram atletas de 3 equipes: Voleibol Masculino (12 participantes); Voleibol Feminino (11 participantes); Basquetebol Masculino (11 participantes). Todos os atletas participaram dos

jogos regionais de 2018 na cidade de Santa Bárbara d'Oeste/SP e defenderam a cidade de Itatiba/SP.

Todos os participantes preencheram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e, no caso de atletas menores de idade, além do TCLE (preenchido e assinado pelos seus responsáveis, maiores de idade), os participantes preencheram o termo de assentimento.

Tabela 1 – Características gerais dos participantes do estudo

<b>SEXO</b>	<b>N</b>	<b>Idade: M ± DP</b>
Masculino	23	18,04 ± 1,43
Feminino	11	25,36 ± 2,96
Total	34	20,21 ± 4,00
<b>EQUIPES</b>	<b>N</b>	<b>Idade: M ± DP</b>
Basquetebol Masculino	11	17,63 ± 1,37
Voleibol Feminino	11	25,36 ± 2,96
Voleibol Masculino	12	18,41 ± 1,43

Fonte: os autores

## Instrumento

Foram utilizados dois instrumentos: a) Questionário Sociodemográfico e; b) Escala de Humor de Brunel – BRUMS. O questionário sociodemográfico foi elaborado especificamente para o estudo, com questões relacionadas a perfil pessoal, escolaridade e modalidade esportiva.

Para avaliação dos estados de humor, foi utilizada a Escala de Humor de Brunel (BRUMS), validada para o Brasil (ROHLFS et al., 2008). Tal instrumento é composto por 24 itens baseados em escala Likert de 5 pontos (0 = nada / 4 = extremamente), nos quais possibilita o participante se posicionar considerando como se sente no momento da coleta em relação a sensações como as de nervosismo, raiva, disposição e insatisfação.

Os itens são agrupados em seis fatores: tensão, depressão, raiva, fadiga, confusão mental e vigor (Tabela 2), onde cada um é composto por quatro itens. Os 5 primeiros fatores mencionados são considerados os fatores negativos do humor e o último, o vigor, é considerado o fator positivo (TERRY et al., 1999). A soma das respostas de cada fator resulta em um escore que pode variar de 0 a 16 pontos.

Tabela 2 – Fatores da Escala de humor de Brunel – BRUMS

<b>FATORES</b>	<b>DEFINIÇÃO</b>
<b>Tensão</b>	Estado de tensão musculoesquelético, preocupação.
<b>Depressão</b>	Estado emocional de desânimo, tristeza e infelicidade.
<b>Raiva</b>	Estado de hostilidade, relativamente aos outros.

<b>Vigor</b>	Estado de energia, vigor físico.
<b>Fadiga</b>	Estado de cansaço, baixa energia.
<b>Confusão Mental</b>	Estado de atordoamento, instabilidade das emoções.

Fonte: Rohlfs et al. (2008)

## Procedimento

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Adventista de São Paulo através do número de parecer: 2.597.647. A pesquisa está de acordo com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), ou seja, respeitou os padrões éticos de pesquisas com seres humanos.

Após a provação do CEP, realizou-se contato prévio com os responsáveis das equipes a fim de explicar o objetivo da pesquisa e solicitar autorização para a coleta com seus atletas. Com a devida autorização dos técnicos, os atletas foram informados sobre os objetivos do estudo, e todos os participantes que aceitaram participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), estando cientes de que a participação na pesquisa era voluntária e anônima. Para os menores de 18 anos, o TCLE foi assinado por um responsável maior de idade e o menor assinou o termo de assentimento.

Para que o objetivo da pesquisa fosse respeitado, adotou-se alguns cuidados metodológicos, afim de garantir a confiabilidade das informações coletadas. Para tanto, os questionários foram entregues aos atletas no dia do primeiro jogo nos jogos regionais. Os questionários foram respondidos individualmente, no local de concentração das equipes (Hotel ou alojamento), acompanhados de ao menos um pesquisador, para que os atletas não compartilhassem as informações durante o preenchimento do questionário. O tempo de preenchimento dos questionários foi de aproximadamente 15 minutos. Após todos atletas responderem aos questionários, as informações coletadas foram transferidas para uma planilha eletrônica (Excel, versão 2016), para análise dos resultados.

## Análise estatística

No presente estudo análises descritivas e inferenciais foram adotadas para apresentar os resultados. Neste estudo as análises inferenciais assumiram o valor de  $p \leq 0,05$  para níveis de significância. Dado o número de participantes do presente estudo, houve a necessidade de testar a normalidade e a homogeneidade de variância dos dados, o que foi realizado por meio dos seguintes testes: Kolmogorov-Smirnov (K-S) e o teste de Levene, respectivamente.

Como os dados não apresentaram distribuição normal ( $p < 0,05$ ), nem homogeneidade de variância ( $p < 0,05$ ), foram utilizados: Mediana (Md) e Quartis (Q1; Q3) para caracterização dos resultados e para as análises assumiu-se testes não paramétricos. Com o intuito de avaliar a confiabilidade dos fatores do instrumento, ou seja, avaliar a consistência interna dos fatores, utilizou-se do alfa de Cronbach ( $\alpha$  de Cronbach), assumindo valores entre 0,7 e 0,8 como aceitáveis para o  $\alpha$  (FIELD, 2009), para cada fator de forma isolada.

Para avaliação da fidedignidade teste-reteste foi utilizado o coeficiente de correlação intraclasses entre os itens e fatores do instrumento. Os valores de correlação foram avaliados conforme proposto por Hopkins (2002), em que  $< 0,10$  (trivial), 0,10 a 0,30 (baixa), 0,31 a 0,50 (moderada), 0,51 a 0,70 (alta), 0,71 a 0,90 (muito alta), 0,91 a 0,99 (quase perfeita) e 1 (perfeita). Após essas etapas de análises, iniciou-se as análises acerca do objetivo do estudo. Para analisar as diferenças entre os fatores, para toda a amostra e para as análises intragrupo, utilizou-se do teste de Friedman.

Concernente a localização, utilizou-se o *post hoc* de Wilcoxon. Para as análises entre grupos, utilizou-se do Teste Kruskal Wallis (K-W) com *post hoc* U de Mann-Whitney. Para controle do erro tipo 1, foi utilizado o procedimento sequencial Holm de Bonferroni (GREEN; SALKIND; AKEY, 2000). Por fim, todas as análises foram realizadas com o auxílio do IBM SPSS Statistics, versão 20.

## RESULTADOS

Em relação a confiabilidade dos fatores, o alpha de Cronbach revelou bons índices de confiabilidade ( $\alpha > 0,522$ ), ou seja, o índice de consistência interna geral do instrumento foi satisfatório na coleta realizada. Porém, como o instrumento é multidimensional, houve a necessidade de calcular a confiabilidade de cada fator. De acordo com a tabela 3, os valores de confiabilidade para cada fator variaram entre 0,522 e 0,848, tendo a correlação item-fator variando entre 0,314 e 0,778, indicando correlação entre moderada e muito alta entre os itens e o fator a qual ele pertence.

Tabela 3 – Consistência interna dos fatores da BRUMS e correlação item-fator (n=34).

Fatores	Item número	$\alpha$	Correlação item-fator
Raiva	7, 11, 19, 22	0,848	0,583/0,707/0,778/0,622
Confusão Mental	3, 9, 17, 24	0,705	0,408/0,499/0,534/0,505
Depressão	5, 6, 12, 16	0,522	0,314/0,616/0,367/0,414
Fadiga	4, 8, 10, 21	0,736	0,617/0,547/0,419/0,436



Tensão	1, 13, 14, 18	0,589	0,455/0,451/0,414/0,465
Vigor	2, 15, 20, 23	0,585	0,506/0,424/0,616/0,578

Fonte: os autores

Frente a análise com todos participantes, para os seis fatores do instrumento, observou-se (Tabela 4) que o fator com maior escore foi o fator Vigor (Md=12,00), seguido do fator Tensão (Md=4,00). Tais informações foram confirmadas pelas análises inferenciais, já que o teste de Friedman apresentou diferença significativa entre os fatores [ $\chi^2 (5) = 129,734$ ;  $p < 0,0001$ ]. Concernente a localização, o teste de Wilcoxon demonstrou que o fator Vigor apresentou escores superiores aos demais ( $p < 0,003$ , valor ajustado) e que o fator Tensão apresentou escores maiores que os fatores: Depressão, Raiva, Fadiga e Confusão Mental ( $p < 0,003$ , valor ajustado). Esses resultados demonstraram que no início da competição os atletas apresentavam estado de humor positivo, pois o fator Vigor obteve os maiores escores.

Tabela 4 – Comparação dos fatores da BRUMS para toda amostra (n=34).

Fatores	Itens
Raiva	0,00 (0,00; 1,00)
Confusão Mental	2,00 (0,00; 2,00)
Depressão	0,00 (0,00; 1,00)
Fadiga	1,50 (0,00; 3,00)
Tensão	4,00 (2,75; 5,25)
Vigor	12,00 (10,75; 14,00)

Fonte: os autores

Nas comparações intragrupos (Equipes), pôde-se observar que para todas as equipes, o fator Vigor foi superior aos demais fatores (Tabela 5). Falando-se da equipe masculina de Basquetebol, o teste de Friedman demonstrou que houve diferença significativa entre os fatores [ $\chi^2 (5) = 39,353$ ;  $p < 0,0001$ ]. Concernente a localização, o teste de *post hoc* demonstrou que o fator Vigor foi superior aos demais fatores ( $p < 0,003$ , valor ajustado), ou seja, no início do campeonato os atletas de Basquetebol apresentaram aspectos positivos para o estado de humor, já que o fator Vigor apresentou os maiores valores.

Tabela 5 – Comparação dos fatores da BRUMS (n=34).

Fatores	Basquetebol	Voleibol	Voleibol	X <sup>2</sup>	P
	Masculino (n=11) Md (Q1; Q3)	Masculino (n=12) Md (Q1; Q3)	Feminino (n=11) Md (Q1; Q3)		
Raiva	0,00 (0,00; 1,00)	0,00 (0,00; 1,75)	0,00 (0,00; 1,00)	0,530	0,767
Confusão Mental	2,00 (0,00; 2,00)	2,00 (0,25; 3,50)	0,00 (0,00; 2,00)	1,045	0,593
Depressão	0,00 (0,00; 1,00)	0,00 (0,00; 1,00)	0,00 (0,00; 0,00)	0,615	0,735
Fadiga	1,00 (0,00; 3,00)	2,00 (1,00; 3,00)	1,00 (0,00; 2,00)	1,682	0,431
Tensão	3,00 (2,00; 4,00)	4,50 (3,25; 7,00)	5,00 (4,00; 5,00)	4,880	0,087
Vigor	11,00 (9,00; 11,00)	11,50 (8,75; 13,75)	14,00 (12,00; 14,00)	7,634	<b>0,022*</b>



Diferença significativa:  $p < 0,05$ .  
Fonte: os autores

Tratando-se das análises da equipe masculina de Voleibol, o teste de Friedman demonstrou que houve diferença significativa entre os fatores [ $\chi^2 (5) = 47,045$ ;  $p < 0,0001$ ]. Concernente a localização, o teste de *post hoc* demonstrou que o fator Vigor foi superior aos demais fatores ( $p < 0,003$ , valor ajustado), e que o fator Tensão apresentou escores maiores que os fatores: Depressão e Raiva ( $p < 0,003$ , valor ajustado). Esses resultados sugerem que no início da competição os atletas de Voleibol apresentaram aspectos positivos para o estado de humor, sendo seus resultados similares aos encontrados na equipe de Basquetebol.

Por fim, frente as análises da equipe feminina de Voleibol, o teste de Friedman demonstrou que houve diferença significativa entre os fatores [ $\chi^2 (5) = 44,657$ ;  $p < 0,0001$ ]. Concernente a localização, o teste de *post hoc* demonstrou que o fator Vigor foi superior aos demais fatores ( $p < 0,003$ , valor ajustado), ou seja, no início da competição as atletas de Voleibol apresentaram aspectos positivos para o estado de humor, pois o fator Vigor apresentou os maiores valores. Esses resultados são similares aos encontrados nas outras equipes investigadas.

Em relação as análises entre equipes, pode-se observar que a equipe de Voleibol Feminino apresentou maior escore para os fatores Vigor e Tensão. Entretanto, as análises inferenciais, com o uso do teste Kruskal Wallis, apresentaram diferenças significantes, entre grupos, apenas para o fator Vigor ( $p < 0,05$ ). Concernente a localização, o *post hoc* foi conduzido com o teste U de Mann Whitney, o qual apresentou diferença significativa entre a equipe de Voleibol Feminino e a equipe de Basquetebol Masculino ( $p = 0,005$ ,  $U = 18,500$ ), sendo os escores da equipe de Voleibol Feminino superiores. Tais informações confirmam parcialmente as observações, pois a equipe de Voleibol Feminino apresentou os maiores escores para o fator Vigor, mas não houve diferença significativa entre as equipes para o fator Tensão.

Em síntese, os resultados do presente estudo demonstraram que o instrumento apresenta bons índices de consistência interna, demonstrando confiabilidade do instrumento. Além disso, os resultados demonstraram que no início da competição os atletas de todas as equipes apresentavam estado de humor positivo, já que o fator Vigor obteve os maiores escores, mas as atletas da equipe feminina de Voleibol foram superiores nesse fator as demais equipes, sendo estatisticamente superiores aos atletas da equipe masculina de Basquetebol.

## DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo investigar os estados de humor de atletas de esportes coletivos, das equipes da cidade de Itatiba/SP, participantes dos jogos regionais de 2018 que ocorreram na cidade de Santa Bárbara d'Oeste/SP. Para alcançar esse objetivo, utilizou-se da Escala de Humor de Brunel – BRUMS, validada para o Brasil (ROHLFS et al., 2008) e que demonstra bons resultados de validade e fidedignidade (BRANDÃO et al., 2015; LIRA et al., 2017; ROTTA; ROHLFS; OLIVEIRA, 2014; SILVA et al., 2018), bem como os encontrados no presente estudo.

Em relação aos resultados do presente estudo, pode-se observar que os atletas investigados apresentaram o fator Vigor como o fator com maior escore, seguido do fator Tensão. Tais achados vão ao encontro da literatura, já que estudos realizados com atletas de esportes coletivos apresentaram valores mais elevados para o fator Vigor em relação a outros fatores (BRANDT et al., 2014a; FORTES et al., 2017; LIRA et al., 2017).

Brandt et al. (2014a) tiveram como objetivo investigar a saúde mental de atletas que participaram dos Jogos Abertos de Santa Catarina 2011. Para isso participaram do estudo 445 atletas de diferentes modalidades individuais (Natação, Judô, Ginástica Artística, Taekwondo e Duathlon) e coletivas (Voleibol, Basquetebol, Handebol, Futsal e Vôlei de dupla), sendo 211 homens e 234 mulheres. Os resultados apresentaram uma boa saúde mental dos atletas, os quais foram caracterizados com um perfil de humor semelhante ao proposto por Morgan (1980), ou seja, perfil de *iceberg*. Diante de tais resultados, os autores concluíram que os atletas apresentaram uma boa saúde mental, pois apresentaram um estado de humor positivo.

Além disso, com mencionado anteriormente, a literatura aponta, de maneira geral, que atletas de esportes coletivos tendem a apresentar um perfil positivo de humor (BRANDT et al., 2014b; NEVES et al., 2016; WERNECK et al., 2015), ou seja, os resultados do presente estudo corroboram os resultados observados na literatura. Somado a isso, os resultados do presente estudo reforçam os achados do estudo de Escobar e Lacerda (2010), pois independentemente do momento de aplicação do questionário, os resultados demonstraram que atletas de esportes coletivos tendem a apresentar um perfil positivo do humor (ROHLFS et al., 2008).

Tratando-se das análises entre grupos, pôde -se observar que as equipes investigadas tiveram os escores dos fatores da escala de humor similares, tendo apenas o fator Vigor apresentado diferença significativa entre as equipes. Referente a esse fator, a equipe que apresentou maior escore para esse fator foi a equipe de Voleibol Feminino. Tais resultados corroboram os apresentados pela

literatura (BRANDT et al., 2010, 2014a), enquanto esportes coletivos, mas não enquanto sexo dos atletas. No estudo de Brandt et al. (2010) os autores compararam velejadores homens e mulheres e os resultados demonstraram que as mulheres apresentaram escores inferiores de Vigor, comparadas com os homens, e escores mais elevados de tensão, depressão e raiva.

As mesmas informações foram encontradas no estudo de Brandt et al. (2014a), apontando que as mulheres apresentaram menores escores do fator Vigor, o que não foi encontrado no presente estudo. Uma possível explicação para tal fato pode estar relacionada aos esportes investigados, já que no presente estudo todas as atletas são praticantes de Voleibol. Uma outra explicação para esta diferença pode ser devido ao tipo de modalidade esportiva, no caso deste estudo esportes coletivos, já que a literatura descreve que atletas de esportes coletivos comumente apresentam indicadores positivos relacionado ao aspecto humor quando comparados a modalidades individuais (MORGAN et al., 1988; ROHLFS et al., 2008).

Assim, é possível, hipoteticamente, dizer que os resultados do presente estudo não corroboram os achados de alguns estudos da literatura (BRANDT et al., 2010, 2014a) devido ao fato das mulheres desses estudos serem, em grande parte, atletas de esportes coletivos. Tal hipótese faz sentido se observarmos os resultados apresentados por Neves et al. (2013), nos quais as mulheres investigadas (atletas de esportes individuais) apresentam escores elevados do fator Fadiga. Todavia, tal hipótese não foi objetivo do presente estudo e deixa-se, assim, como perspectiva futura de investigação.

Retornando aos resultados, é oportuno destacar os resultados relativos ao fator Vigor, no que se refere aos esportes coletivos, pois como mencionado pela literatura (BRANDT et al., 2014a; ESCOBAR; LACERDA, 2010; FORTES et al., 2017; LIRA et al., 2017; ROTTA, 2016; SILVA et al., 2018) os atletas de esportes coletivos tendem a apresentar elevados escores para esse fator. Dessa forma, os estudos supracitados demonstraram que atletas de esportes coletivos tendem a apresentar um perfil de humor denominado de *iceberg* (MORGAN, 1980; MORGAN et al., 1988), considerado ideal para o desempenho esportivo.

Considerando ainda o desempenho esportivo, os resultados do presente estudo podem ter relação com perfil de liderança do técnico da equipe. De acordo com Rohlfs et al. (2008), o trabalho junto a comissão técnica pode ter influência no estado de humor dos atletas, uma vez que as variáveis de treinamento como carga e intensidade, assim como o estilo de liderança, podem influenciar o estado de humor de forma positiva ou negativa (ROHLFS et al., 2008).

Tratando-se da possível influência do estilo de liderança, Vieira et al. (2013) citam que quanto mais o treinador aproveitar o momento de treino para motivar e preparar o atleta, maior será a influência do técnico sobre o desenvolvimento do atleta, ou seja, sobre o estado de humor.

Corroborando com o já citado, Gomes e Machado (2010) apontam que as ações otimistas, motivacionais e favoráveis, em relação as atividades impostas aos atletas, estão associadas positivamente com os níveis de satisfação dos atletas, o que teria influência positiva no estado de humor dos atletas.

Diante disso, pode-se dizer que o técnico é relevante no processo de construção de grupos satisfeitos (MESQUITA et al., 2009; RIBEIRO, 2016; WERNECK et al., 2015). Falando-se, ainda, de possíveis influências nos estados de humor, pode-se citar os níveis de coesão do grupo, já que todos atletas são de esportes coletivos. De acordo com a literatura (APPLE, 1993), quando os atletas demonstram prazer pela atividade esportiva que executam, tendem a apresentar sentimentos de aceitação e pertença ao grupo, o que tem reflexo positivo na interação com outros membros da equipe. Além disso, de acordo com Vieira et al. (2008), o estado de humor positivo tem relação com elevados níveis de participação e envolvimento na modalidade esportiva. Tais achados corroboram a literatura (BRANDT et al., 2010; ROHLFS et al., 2004).

Todavia, é oportuno esclarecer que essas discussões são hipóteses explicativas dos resultados do presente estudo, já que não existe, no presente estudo, condições de explica-las por meio de resultados, uma vez que tais relações não foram objetivo do presente estudo, apontando, assim, perspectivas futuras de estudo. Uma outra relação que se pode citar nas explicações dos resultados, é que a ansiedade pode ser considerada um fator influenciador do estado de humor (GULLIVER et al., 2012; PELUSO; ANDRADE, 2005). A literatura tem apontado a relação entre elevados níveis e ansiedade e estados de humor negativos (BRANDT et al., 2014a; MORGAN, 1980). Diante dessas afirmações, pode-se tecer que elevados escores do fator Vigor podem ter relação com baixos índices de ansiedade. Todavia essa relação não foi objetivo do presente estudo, o que demonstra limitação do mesmo.

Retomando os resultados do presente estudo, os fatores negativos de humor mantiveram os escores baixos em todos os grupos, com exceção do fator Tensão, que se apresentou como o segundo fator com maior escore para as equipes de Voleibol (Masculino e Feminino). A tensão é um fator que representa um estado de tensão musculoesquelética, agitação e inquietação (TERRY, 1995), podendo ser fator de ativação e estar associadas a fatores de estresse, à expectativa de desempenho e ao medo de não estar preparado (TREVISAN et al., 2017; WEINBERG; GOULD, 2017).

Entretanto, os resultados de Tensão não foram significativamente superior aos resultados dos demais fatores, ou seja, mesmo que os atletas apresentassem agitação e inquietação na primeira partida, o humor dos mesmos foi considerado positivo, já que apresentaram escores superiores, significativamente, para o fator Vigor em relação aos demais fatores, o que é considerado como

perfil *iceberg*, corroborando a literatura (BRANDT et al., 2014a; NUNES et al., 2014; ROTTA, 2016; SILVA et al., 2018; VIEIRA et al., 2008).

## CONCLUSÃO

O presente estudo demonstrou que os atletas dos esportes coletivos investigados (Basquetebol e Voleibol) apresentaram escores elevados do fator Vigor, tendo a equipe de Voleibol Feminino apresentado o maior escore desse fator. Assim, no presente estudo os atletas apresentaram o perfil de humor denominado de *iceberg*, considerado como o perfil ideal para o rendimento esportivo, como mencionado pela literatura apresentada como referencial teórico para este estudo. Ainda, cabe ressaltar que os resultados do presente estudo corroboram os achados de outros estudos da literatura que investigaram esportes coletivos, fato que merece destaque por reforçar o arcabouço teórico para o ambiente esportivo.

Todavia, o presente estudo apresenta a limitação de ter investigado atletas que representaram apenas uma cidade, não abrangendo todos os participantes dos jogos regionais. Somado a isso, o presente estudo apresenta a limitação de ter investigado apenas atletas de esportes coletivos e de não ter relacionado as variáveis investigadas com outras variáveis, como coesão de grupo e ansiedade.

Assim, para estudos futuros, espera-se que a amostra seja constituída por atletas de diferentes esportes (coletivos e individuais), abordando, também, um maior número de modalidades e em maior escala territorial (mais de uma cidade), pois dessa forma é possível obter uma melhor análise dos estados de humor em diferentes contextos e públicos. Espera-se, também, que estudos futuros façam a relação das variáveis do humor com outras variáveis, com coesão de grupo e ansiedade, por exemplo.

## REFERÊNCIAS

APPLE, Kathy Sue Boone. **The antecedents and consequences of multidimensional cohesion throughout an intercollegiate baseball season.** 1993. Tese (Doutorado em Psicologia). Purdue University, Indiana, 1993.

BARRETO, Patrícia Marques. **Perfil de estado de humor, ansiedade-traço e ansiedade-estado em jovens ginastas.** 2017. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem). Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, 2017.

BRANDÃO, Maria Regina Ferreira; LEITE, Gerson dos Santos; GOMES, Simone Salvador;

FIGUEIRA JÚNIOR, Aylton; OLIVEIRA, Raul Santo de; BORIN, João Paulo. Alteraciones emocionales y la relación con las cargas de entrenamiento en nadadores de alto rendimiento. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Brasília, v. 37, n. 4, p. 376–382, 2015.

BRANDT, Ricardo; LIZ, Carla Maria de; CROCETTA, Tânia Brusque; ARAB, Claudia; BEVILACQUA, Guilherme; DOMISKI, Fabio Heck; VILARINO, Guilherme Torres; ANDRADE, Alexandro. Saúde mental e fatores associados em atletas durante os jogos abertos de Santa Catarina. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 20, n. 4, p. 276–280, 2014a.

BRANDT, Ricardo; VIANA, Maick da Silveira; SEGATO, Luciana; ANDRADE, Alexandro. Estados de humor de velejadores durante o Pré-Panamericano. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 834–840, 2010.

BRANDT, Ricardo; Maick da Silveira; SEGATO, Luciana; KRETZER, Fernanda Leal; CARVALHO, Tales de; ANDRADE, Alexandro. Relações entre os estados de humor e o desempenho esportivo de velejadores de alto nível. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 117–130, 2011.

BRANDT, Ricardo; WERLANG, Rafaela Grubel; BEVILACQUA, Guilherme Guimarães; PEREIRA, Fabiano Souza; LIZ, Carla Maria de; ARAB, Claudia; SILVA, Rodrigo Batalha; ANDRADE, Alexandro. Estados de humor e fatores associados no desempenho de nadadores no período competitivo. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, João Pessoa, v. 12, n. 40, p. 36–41, 2014b.

BUENO, José Lino Oliveira; DI BONIFÁCIO, Marco Antonio. Alterações de estados de ânimo presentes em atletas de Voleibol, avaliados em fases do campeonato. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 12, n. 1, p. 179–184, 2007.

COSTA, Diego de Oliveira.; OLIVEIRA, Leonardo dos Santos; LIMA, Fabiano Ferreira; MARTINS, Clarice Maria Lucena; LEMOS, Luis Felipe Gomes Barbosa Pereira de; SILVA, Alexandre Sérgio. Monitoração das sensações auto-referidas dos estados de humor, estresse e recuperação e desempenho físico em atletas de tae kwon do durante um período pré competitivo. **Motricidade**, Vila Real, v. 13, n. SI, p. 41–50, 2017.

ESCOBAR, Luiz; LACERDA, Adriana. Identificação e caracterização dos estados de humor de atletas da seleção carioca de beach soccer durante o campeonato brasileiro. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, v. 11, n. 6, p. 107–119, 2010.

FIELD, Andy. **Descobrimo a estatística usando o SPSS**. São Paulo: Bookman, 2009.

FORTES, Leonardo de Sousa; PAES, Santiago Tavares; RIBEIRO-JÚNIOR, Dilson Borges; ALMEIDA, Sebastião de Sousa; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Busca pela muscularidade, humor e transtornos alimentares em atletas do sexo masculino. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 37–41, 2017.

GOMES, Antonio Rui; MACHADO, Afonso Antonio. Liderança, coesão e satisfação em equipas de voleibol portuguesas: Indicações da investigação e implicações práticas. In: BRANDÃO, Regina Maria Ferreira; MACHADO, Afonso Antonio (Eds.). **O Voleibol e a psicologia do esporte**. São Paulo: Atheneu, 2010. p. 187–218.



GREEN, Samuel B.; SALKIND, Neil J.; AKEY, Theresa M. **Using SPSS for windows: analyzing and understanding data**. 2. ed. New Jersey: Prentice Hall, 2000.

GULLIVER, Amelia; GRIFFITHS, Kathleen M.; CHRISTENSEN, Helen; MACKINNON, Aandrew; CALEAR, Alison L.; PARSONS, Alison; BENNETT, Kylie; BATTERHAM, Philip J.; STANIMIROVIC, Rosanna. Internet-based interventions to promote mental health help-seeking in elite athletes: An exploratory randomized controlled trial. **Journal of Medical Internet Research**, Toronto, v. 14, n. 3, p. e69, 2012.

HOPKINS, Will G. **A scale of magnitudes for effect statistics**. 2002. Disponível em: <http://www.sportsci.org/resource/stats/index.html>. Acesso em: 12 set. 2017.

LIRA, Hugo Alvares; SILVA, Jardilene Andrade da; OLIVEIRA, Geraldo Santos; MENDONÇA, Lilyan Vaz; FORTES, Leonardo Sousa. O estado de humor e a insatisfação corporal possuem relação com os comportamentos de risco para transtornos alimentares em atletas de esportes coletivos do sexo masculino? **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 25, n. 3, p. 82–89, 2017.

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

MCNAIR, Douglas M.; LORR, Maurice; DROPPLEMAN, Leo F. **Manual for the profile of mood states**. San Diego: Educational and Industrial Testing Services, 1971.

MESQUITA, Isabel; FARIAS, Cláudio; OLIVEIRA, Guilherme; PEREIRA, Felismina. A intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 25–38, 2009.

MORGAN, William P. Test of champions the iceberg profile. **Psychology Today**, New York, v. 14, n. 2, p. 92–99, 1980.

MORGAN, William P.; O'CONNOR, Patrick J.; ELLICKSON, Kathleen A.; BRADLEY, Patrick W. Personality structure, mood states and performance in elite male distance runners. **International Journal of Sport Psychology**, [s. l.], v. 19, p. 247–263, 1988.

NEVES, Angela Nogueira; CARVALHO, André Justino; ZANETTI, Marcelo Callegari; BRANDÃO, Regina Maria Ferreira; FERREIRA, Lucilene. Dissimilaridade das habilidades mentais, traços de personalidade, alexitimia e estados de humor em atletas de tiro esportivo das Forças Armadas. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 3, p. 28–45, 2016.

NEVES, Clara Mockdece; FILGUEIRAS, Juliana Fernandes; FORTES, Leonardo de Sousa; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Comportamentos alimentares em ginastas de elite: Associação com o perfeccionismo e o estado de humor. **Revista da Educação Física da UEM**, Maringá, v. 24, n. 3, p. 359–369, 2013.

NUNES, Guilherme S; BRANDT, Ricardo; WAGECK, Bruna; NORONHA, Marcos. Estados de humor e stresse em atletas lesionados no início do tratamento fisioterapêutico. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 22, n. 4, p. 162–170, 2014.



OLIVEIRA, Leonardo Pestillo; FOGAGNOLI, Alissianny Haman; VIEIRA, Lenamar Fiorese. Estado de humor e desempenho: uma análise sob a ótica da teoria da catástrofe. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 13, n. 1, p. 51–59, 2015.

PELUSO, Marco Aurélio Monteiro; ANDRADE, Laura Helena Silveira Guerra de. Physical activity and mental health: the association between exercise and mood. **Clinics**, São Paulo, v. 60, n. 1, p. 61–70, 2005.

RIBEIRO, Catarina Correia. **Qualidade da relação treinador-atleta em contextos desportivos: Relações com fatores de grupo e diferenças em função do sexo**. 2016. Dissertação (Mestrado em Psicologia Aplicada). Universidade do Minho, Braga, 2016.

ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de Miranda; CARVALHO, Tales de; ROTTA, Tatiana Marcela; KREBS, Ruy Jornada. Aplicação de instrumentos de avaliação de estados de humor na detecção da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 111–116, 2004.

ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de Miranda; ROTTA, Tatiana Marcela; LUFT, Caroline Di Bernardi; ANDRADE, Alexandro; KREBS, Ruy Jornada; CARVALHO, Tales de. A escala de humor de Brunel (Brums): instrumento para detecção da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 176–181, 2008.

ROTTA, Tatiana Marcela. Avaliação de estados de humor em atletas de Tênis e Voleibol jovens e adlts de alto rendimento. **Saúde & Transformação Social**, Florianópolis, v. 6, n. 2, p. 28–43, 2016.

ROTTA, Tatiana Marcela; ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de Miranda; OLIVEIRA, Walter Ferreira. Aplicabilidade do Brums: estados de humor em atletas de Voleibol e Tênis de alto rendimento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 20, n. 6, p. 424–428, 2014.

SAMULSKI, Dietmar. **Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas**. Barueri: Manole, 2009.

SILVA, André Luiz Rodrigues e; GEMENTE, Flórence Rosana Faganello; GUIMARÃES, Juracy da Silva; MAIA, Mariana Pereira; COSTA, Gustavo De Conti Teixeira. A atividade física e o Humor: o Caso da pelada no clube AABB Goiânia. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 10, n. 36, p. 63–68, 2018.

TERRY, Peter. The efficacy of mood state profiling with elite performers: a review and synthesis. **The Sport Psychologist**, Birmingham, v. 9, n. 3, p. 309–324, 1995.

TERRY, Peter; LANE, Andrew M.; LANE, Helen J.; KEOHANE, Lee. Development and validation of a mood measure for adolescents. **Journal of sports sciences**, Salt Lake City, v. 17, n. 11, p. 861–872, 1999.

TREVISAN, Priscila Raquel Tedesco da Costa; SCHWARTZ, Danielle Ferreira; PALHARES, Marcelo Fadori Soares; CATIB, Norma Ornelas Montebugnoli; RIBEIRO, Ivana de Campos. Avaliação de Estados de Humor nos Exames da Royal Academy of Dance. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 33, n. 0, p. 1–9, 2017.

VIEIRA, Lenamar Fiorese; CARRUZO, Nayara Malheiros; AIZAVA, Paulo Vitor; RIGONI, Patrícia Aparecida Gaion. Análise da síndrome de “burnout” e das estratégias de “coping” em atletas brasileiros de vôlei de praia. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 269–276, 2013.

VIEIRA, Lenamar Fiorese; FERNANDES, Saulo Luders; VIEIRA, José Luiz Lopes; VISSOCI, João Ricardo Nickenig. Estado de Humor e Desempenho Motor: um estudo com atletas de voleibol de alto rendimento. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 10, n. 1, p. 62–68, 2008.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017.

WERNECK, Francisco Zaccaron; BARA FILHO, Maurício Gattás; COELHO, Emerson Filipino; FERREIRA, Renato Melo; PAULA, Hugo Leonardo Barros de; SOARES, Tufi Machado. Características predictoras da escalação de jovens atletas de futsal. **Revista Brasileira de Futebol**, Viçosa, v. 8, n. 1, p. 43–53, 2015.

## NOTAS DE AUTOR

### AGRADECIMENTOS

Agradecemos a comissão técnica e aos atletas das equipes que participaram da pesquisa.

### CONTRIBUIÇÃO DE AUTORIA

Não se aplica.

### FINANCIAMENTO

Não se aplica.

### CONSENTIMENTO DE USO DE IMAGEM

Não se aplica.

### APROVAÇÃO DE COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

Pesquisa aprovada pelo comitê de ética em pesquisa (CEP) do Centro Universitário Adventista de São Paulo, número de parecer: 2.597.647, CAAE: 4899718.1.0000.5377, aprovação em 13 de abril de 2018.

### CONFLITO DE INTERESSES

Não se aplica.

### LICENÇA DE USO

Os autores cedem à **Motrivivência - ISSN 2175-8042** os direitos exclusivos de primeira publicação, com o trabalho simultaneamente licenciado sob a [Licença Creative Commons Attribution Non-Comercial ShareAlike](#) (CC BY-NC SA) 4.0 International. Esta licença permite que **terceiros** remixem, adaptem e criem a partir do trabalho publicado, desde que para fins **não comerciais**, atribuindo o devido crédito de autoria e publicação inicial neste periódico desde que adotem a mesma licença, **compartilhar igual**. Os **autores** têm autorização para assumir contratos

adicionais separadamente, para distribuição não exclusiva da versão do trabalho publicada neste periódico (ex.: publicar em repositório institucional, em site pessoal, publicar uma tradução, ou como capítulo de livro), com reconhecimento de autoria e publicação inicial neste periódico, desde que para fins **não comerciais e compartilhar com a mesma licença**.

### **PUBLISHER**

Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Educação Física. LaboMídia - Laboratório e Observatório da Mídia Esportiva. Publicado no [Portal de Periódicos UFSC](#). As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.

### **EDITORES**

Mauricio Roberto da Silva, Giovani De Lorenzi Pires, Rogério Santos Pereira.

### **HISTÓRICO**

Recebido em: 15 de Março de 2019.

Aprovado em: 14 de Julho de 2019.