

Auto eficácia: análise de publicações dos últimos 10 anos

Oliveira, B. F.; Morão, K. G.; Bagni, G.; Lemos, J. P.; Fabris, F. L.; Machado, A. A.
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, Brasil

A auto eficácia consiste na percepção do indivíduo sobre sua capacidade de realizar determinada tarefa e está intimamente ligada à percepção de autoconfiança. Este conceito está inserido dentro da Teoria Social Cognitiva, criada por Albert Bandura, e tem sido utilizado em estudos de diversas áreas, como educação, medicina, esporte e saúde. Deste modo, o objetivo deste estudo foi analisar quais temas têm sido abordados em pesquisas recentes relacionando a auto eficácia e esportes ou exercício físico. Para tanto, foi utilizado como metodologia a revisão sistemática. Foi escolhido como base de dados o Periódicos da CAPES e utilizado como descritores as palavras “self-efficacy” e “sport” e os critérios de inclusão da pesquisa foram a presença do primeiro descritor no título do artigo, estar relacionado com o tema esporte ou exercício físico, ser escrito em inglês e estar dentro do recorte de 2009 e 2019. Foram selecionados 325 artigos que se enquadravam nos critérios e não eram repetidos. O tema mais abordado dentre os artigos estava relacionado ao exercício físico, correspondendo a 59,3% das publicações, sendo em sua maioria pesquisas relacionadas com a motivação para engajar-se em uma prática de atividade física, e dentro deste recorte os públicos alvo são diversos, abrangendo crianças e jovens, indivíduos obesos, mulheres grávidas, adultos com doenças crônicas e idosos. O segundo tema com maior volume de pesquisas foi o esporte, correspondendo a 22,4% das publicações, e dentro desta porcentagem havia estudos que investigam a aprendizagem motora, esportes individuais e coletivos e habilidades psicológicas relacionadas ao esporte. Em terceiro lugar, três temas contribuíram individualmente com 5,5%, o que corresponde a 15,1% das publicações, e nestes temas estão inclusas as lesões esportivas, validações de questionários e educação física escolar. No que se refere às lesões, grande parte das pesquisas dedicou-se a investigar a relação entre a auto eficácia e o medo de retornar à prática de atividades físicas ou esporte. Nas pesquisas que focaram na validação de questionários para avaliar auto eficácia, foi abordado desde a influência da auto eficácia em esportes *endurance* até seu efeito na escolha e persistência da prática de atividade física por variados grupos étnicos e com diferentes características. Na educação física escolar os temas mais abordados estavam relacionados com a auto eficácia dos professores de educação física em lecionar e da auto eficácia dos alunos em participar ativamente das aulas de educação física. E, por fim, o tema lazer correspondeu a 1,5% das publicações e seus desdobramentos se relacionaram prioritariamente com temas de atividades de aventura e engajamento em atividades relacionadas ao lazer. O que se pode concluir a partir destes dados é que o tema mais abordado foi a relação entre a auto eficácia e o engajamento em alguma atividade física, visando compreender o que leva uma pessoa a escolher uma ou outra atividade.

E-mail: brunaffeitosa@hotmail.com