



## AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE PRÉ E PÓS COMPETIÇÃO EM ATLETAS DE KARATÊ ATRAVÉS DO INVENTÁRIO DA ANSIEDADE TRAÇO-ESTADO (IDATE)

Marcus Vinicius da Costa <sup>1</sup>  
Edna Cristina Santos Franco <sup>2</sup>  
Laura de Castro Garay <sup>3</sup>

A ansiedade é um estado emocional transitório ou condição do organismo humano caracterizado por sentimentos desagradáveis de tensão, apreensão e aumento de atividade do Sistema Nervoso. No treinamento desportivo, observa-se a necessidade dos treinadores conhecerem o nível de ansiedade de seus atletas a fim de obter melhores resultados e minimizar a interferência negativa da ansiedade no desempenho. Assim, o objetivo deste estudo foi verificar o nível de ansiedade traço e de ansiedade pré e pós competição em atletas de karatê. A amostra foi composta por 18 atletas ( $26,86 \pm 9,9$  anos), ambos os sexos, brasileiros ( $n=6$ ) e americanos ( $n=12$ ), avaliados durante o campeonato mundial de karatê realizado em 2013 na cidade de Las Vegas (NE, EUA). Os indivíduos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido elaborado de acordo com a Declaração de *Helsínquia* de 1975. Os sintomas de ansiedade foram avaliados pela aplicação do Inventário da Ansiedade Traço e Estado (IDATE) em dois momentos distintos (pré e pós competição). As características da amostra foram calculadas através de média e desvio padrão. O test T de *Student* pareado simples foi usado para comparar pré-pós do IDATE-estado. O nível de significância foi fixado em  $p < 0,05$ . Os resultados demonstraram um grau médio de ansiedade pré competição para o IDATE-traço ( $34,33 \pm 7,2$ ) e para o IDATE-estado ( $39,88 \pm 8,7$ ). Resultados semelhantes foram verificados no IDATE-estado pós competição ( $36,61 \pm 9,7$ ). Valores IDATE-estado pré e pós competição não apresentaram diferenças significativas ( $p = 0,21$ ). Valores do IDATE-traço com o IDATE-estado pré e pós competição mostraram efeito significativo ( $F = 3,1$ ;  $p = 0,0564$ ). Conclui-se que os atletas avaliados apresentavam um traço de ansiedade classificado em nível médio; o período competitivo aumentou a ansiedade dos competidores antes de iniciar a competição, porém a competição *per se* não modificou o estado de ansiedade dos mesmos. O uso de questionários personalizados como o IDATE é eficaz para mapear as características de cada atleta, bem como da variação individual dos níveis de ansiedade. Tal análise pode facilitar o controle do estado emocional destes profissionais esportivos, condição primordial para o sucesso na condução do tratamento da ansiedade em atletas.

<sup>1</sup> Mestrando do Curso de Ciências do Movimento Humano da Universidade Federal do Pará - UFPA, [marcusvincosta@hotmail.com](mailto:marcusvincosta@hotmail.com);

<sup>2</sup> Doutora em Neurociências e Biologia Celular pela Universidade Federal do Pará - UFPA, Pesquisadora Associada da Seção de Patologia do Instituto Evandro Chagas, [ednafranco@iec.gov.br](mailto:ednafranco@iec.gov.br);

<sup>3</sup> Doutora em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, Docente do GoTeach, Brasil, [lauracuryc@gmail.com](mailto:lauracuryc@gmail.com).