

**Cita: Arruda, F. S.; Silva, dos S. E.; Oliveira, V. I. J.; Oliveira, M. F. S.(2023). A bocha paralímpica no Brasil: utilização das estratégias de coping por atletas durante pandemia de Covid-19. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(2), 1-11**

## **A bocha paralímpica no brasil: utilização das estratégias de coping por atletas durante pandemia de Covid-19**

### **Bocha paralímpica en brasil: uso de estrategias de afrontamiento en el deporte durante la pandemia de Covid-19**

### **Paralympic boccia in Brazil: use of coping strategies by athletes during the Covid-19 pandemic.**

Arruda, Felix Sidcley<sup>1</sup>, Silva, dos Santos Emília<sup>1</sup>, Oliveira, Vasconcelos Igor José<sup>2</sup>, Oliveira, Melo Fernandes Saulo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Educação Física e Ciências do Esporte, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, Pernambuco, Brasil;

<sup>2</sup>Departamento de Estudos da Atividade Física Adaptada, Escola de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, São Paulo, Brasil.

## **RESUMO**

A medida adotada de isolamento físico durante pandemia afetou a rotina diária de todo o mundo, inclusive no meio esportivo. Sendo assim, o estudo buscou comparar as estratégias de coping utilizadas por atletas de bocha paralímpica no período da pandemia. A amostra foi composta por 43 atletas (30 homens e 13 mulheres) com 29.95 ± 11,76 anos. Para identificar e mensurar as estratégias de coping, foi recorrido o questionário ACSI-28 (athletic coping skills inventory) em sua versão adaptada para o português incrementado em um formulário eletrônico. Na análise dos dados, a normalidade foi verificada pelo teste de shapiro-wilk. Após isto, todas análises inferenciais de comparação foram mensuradas por via de testes estatísticos não paramétricos com testes post-hoc DSCF pareados. Assim, os resultados apontaram que houve diferenças significativas entre comparações no tempo de experiência, “+10 anos”, “5 a 10 anos” e “1 a 3 anos” sobre as subescalas “metas e preparação mental” (6.00±1.75 vs 5±1.50 vs 5±1.50; p<0,05; TE: 0,26) e “treinabilidade” (9.00±3.25 vs 6.00±0.500 vs 8.00±3.00; p<0,05; TE: 0,19). Atletas mais e menos experientes na modalidade da bocha demonstraram superioridade no enfrentamento ao período da pandemia, pois, conseguiram obter melhores índices nas dimensões “metas e preparação mental” e “treinabilidade”, das estratégias de coping quando comparados aos seus pares com menor tempo de experiência.

**Palavras-chave:** Esporte paralímpico; SARS-COV-2; Psicologia do esporte.

## **RESUMEN**

La medida de aislamiento físico adoptada durante una pandemia afectó la rutina diaria de todo el mundo, incluso en el ámbito deportivo. Por lo tanto, el estudio buscó comparar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los atletas de bocha paralímpico durante el período de pandemia. La muestra estuvo conformada por 43 deportistas (30 hombres y 13 mujeres) con edad 29.95 ± 11,76 años. Para identificar y medir las estrategias de afrontamiento, se utilizó el cuestionario ACSI-28 (inventario de habilidades de afrontamiento atlético) en su versión adaptada al portugués y agregado a un formulario electrónico. En el análisis de datos, la normalidad fue verificada por la prueba de Shapiro-Wilk. Después de eso, todos los análisis de comparación inferencial se midieron mediante pruebas estadísticas no paramétricas con pruebas DSCF post-hoc emparejadas. Así, los resultados mostraron que hubo diferencias significativas entre las comparaciones en términos de experiencia, “+10 años”, “5 a 10 años” y “1 a 3 años” en las subescalas “metas y preparación mental” (6.00±1.75 vs 5±1.50 vs 5±1.50; p<0,05; TE: 0,26) y “entrenabilidad” (9.00±3.25 vs 6.00±0.500 vs 8.00±3.00; p<0,05; TE: 0,19). Los atletas más e menos

experimentados en la modalidad de bocha mostraron superioridad para enfrentar el período de la pandemia, ya que pudieron obtener mejores índices en las dimensiones “metas y preparación mental y entrenabilidad” de las estrategias de afrontamiento en comparación con sus pares con menos experiencia.

**Palabras clave:** Deporte paralímpico; SARS-COV-2; Psicología del deporte.

## ABSTRACT

The measure of physical isolation adopted during a pandemic affected the daily routine of the whole world, including in the sports environment. Therefore, the study sought to compare the coping strategies used by Paralympic boccia athletes during the pandemic period. The sample consisted of 43 athletes (30 men and 13 women) aged 29.95±11,76 years. To identify and measure coping strategies, the ACSI-28 (athletic coping skills inventory) questionnaire was used in its version adapted to Portuguese and added to an electronic form. In data analysis, normality was verified by the Shapiro-Wilk test. After that, all inferential comparison analyzes were measured via nonparametric statistical tests with paired post-hoc DSCF tests. Thus, the results showed that there were significant differences between comparisons in terms of experience, “+10 years”, “5 to 10 years”, and “1 to 3 years” on the subscales “goals and mental preparation” (6.00±1.75 vs 5±1.50 vs 5±1.50;  $p<0.05$ ; ES: 0.26) and “trainability” (9.00±3.25 vs 6.00±0.500 vs 8.00±3.00;  $p<0.05$ ; ES: 0.19). More and less experienced athletes in the boccia modality showed superiority in facing the pandemic period, as they obtained better indices in the “goals and mental preparation and trainability” dimensions of coping strategies compared to their peers with less experience.

**Keywords:** Paralympic sport; SARS-COV-2; Sport psychology

## INTRODUÇÃO

O novo coronavírus (SARS-COV-2 ou COVID-19) obteve seu primeiro caso em Wuhan (China) em dezembro do ano de 2019 e já nos meses seguintes se espalhou repentinamente pelo mundo, impactando e sobrecarregando todos sistemas de saúde (Zhang et al., 2020). Altas taxas de contaminação e rápida transmissibilidade do vírus afetaram a vida da população, desencadeando um cenário de medo e preocupações (Iancheva et al., 2020). Desse modo, foi disseminado a população aderir métodos de distanciamento e isolamento físico a fim de conter a acelerada propagação e um maior número de mortes (de Matos et al., 2020; Silva et al., 2021). A crise promovida pela COVID-19 não ficou apenas no âmbito de saúde, atingiu também setores de empreendimento e gestão com implicações diretas nos empregos e na sustentabilidade econômica, principalmente em países subdesenvolvidos (Castro et al., 2020). Portanto, é justificável mencionar que a pandemia alterou de maneira brusca atividades cotidianas realizando paralisações e/ou ajustes em atividades de diversas áreas.

Diante isto, inicialmente o Brasil como em demasiados países adotou o cancelamento simultâneos de eventos internacionais e nacionais na intenção de reduzir os casos de COVID-19 que

sobrecarregavam sistemas de saúde. Além disto, paralisações em multiáreas no formato presencial foram impostas. Logo, uma adaptação a área virtual foi intensificada para atender demandas. Por conta destas mudanças, Bezerra et al., (2020) mostrou em sua exploração da pandemia ter impactado negativamente os aspectos psicológicos na população brasileira. Contudo, estudos apontaram que praticar exercícios e/ou atividade esportiva de forma regular minimiza percepções negativas que promovem consequências na saúde mental (Antunes et al., 2021; Yakut et al., 2021). No ambiente esportivo, atletas também apresentaram semelhantes constatações com diferenças entre suas categorias (Arruda et al., 2022). Pois, em escala global todas competições esportivas foram canceladas e sua prática foram totalmente paralisadas através do fechamento de quadras e ginásios esportivos ([www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)).

No esporte paralímpico, mais especificamente na bocha paralímpica, por ser esporte que abrange participantes com diferentes níveis de paralisia cerebral (e.g., classes BC1 e BC2) e demais deficiências severas (i.e., má formação, tetraplegia e distrofia muscular progressiva) (e.g., classes BC3 e BC4) (WorldBoccia, 2021a), os atletas acabaram sofrendo em diferentes formas ao redor do mundo. Essencialmente no esporte Brasileiro, os atletas da bocha possuem um baixo investimento na

## Estratégias de coping durante pandemia na bocha paralímpica

qualificação esportiva e disseminação da modalidade (Paulo et al., 2016) experienciaram na pandemia e atendiam a recomendação de um isolamento físico realizado muitas das vezes de forma aleatória (Arruda et al., 2022) podendo ser um dos fatores a ocasionar implicações psicológicas e físicas desagradáveis.

Na literatura científica observa-se que as pessoas com deficiência sofreram influências negativas do isolamento físico sobre a saúde mental (Andreu-Caravaca et al., 2021; Elaraby et al., 2022). Evidenciam-se também que, durante a pandemia, pessoas com deficiência mais jovens possuem piores percepções em aspectos psicológicos quando comparados a sujeitos mais velhos (El-Zraigat & Alshammari, 2020; García-Rudolph et al., 2021). Em especial na bocha paralímpica, por ser caracterizada como uma modalidade de precisão (WorldBoccia, 2021b) é lógico pensar que fatores ambientais (i.e., isolamento físico) pode influenciar no desempenho esportivo dos atletas. Um instrumento capaz de mensurar e identificar a utilização individual de diferentes estratégias para regularizar o estado emocional em um ou mais períodos é o Athletic Coping Skills Inventory-28 (Inventário de Coping) (Nascimento Júnior et al., 2010).

No meio esportivo a estratégia de coping é um dos fatores determinantes para o desenvolvimento e o rendimento do atleta, isso se deve à percepção subjetiva do sujeito diante uma situação de estresse (Nascimento Júnior et al., 2010; Secades et al., 2016). A estratégia de coping é definida pela interação dinâmica da resposta individual a uma situação adversa proporcionada que irá gerar um estresse psicológico percebido (Bim et al., 2014). Diante isto, o coping tem por objetivo de gerar uma resposta para reduzir esta percepção. A estratégia já foi avaliada em esportes coletivos, como: futsal (Bim et al., 2014), voleibol (Keller et al., 2005) e futebol (Nascimento Júnior et al., 2010), no entanto, na bocha são escassas as investigações de mensuração deste tipo de estratégia em seus atletas. Logo, o objetivo desse estudo foi identificar quais as estratégias de coping foram mais utilizadas pelos atletas de bocha paralímpica para encarar a realidade em período de isolamento físico. Assim, destacamos como hipótese algumas das subescalas das estratégias de coping apresentarem diferenças de acordo com o

nível competitivo, tempo de experiência ou a classe funcional dos atletas avaliados.

## MATERIAIS E MÉTODOS

### *Desenho de investigação*

O estudo é caracterizado como observacional com delineamento transversal desenvolvida em modelo Survey (Thomas et al., 2009). Além disso, esse estudo possui um desenho de investigação empírica na área da psicologia com uma estratégia associativa buscando explorar a relação funcional entre variáveis (hipótese de covariação), adotando a previsão de comportamentos (Ato et al., 2013).

### *Participantes*

Participaram deste estudo 43 atletas da bocha paralímpica de ambos os sexos, 30 homens e 13 mulheres (29.95 ± 11,76 anos), de todo território brasileiro. Para atender aos critérios de elegibilidade da pesquisa, os atletas deviam ter a mínima idade de 16 anos (conforme regulamentação da World Boccia), tempo de experiência na modalidade (mínimo 6 meses de prática) e assinalar respostas em todas as questões via formulário eletrônico disponibilizado. A realização desta pesquisa obedeceu aos preceitos éticos da Resolução 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde em território brasileiro. Tendo aprovação concedida pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Pernambuco sob o protocolo CAAE: 31940220.0.0000.9430 e recebeu autorização da Associação Nacional do Esporte para Pessoas com Deficiência ([www.ande.org.br](http://www.ande.org.br)), possuindo o pressuposto de consentimento e participação voluntária de todos os participantes. Toda a pesquisa obedeceu rigorosamente aos pressupostos éticos contidos na Declaração de Helsinque (Goodyear et al., 2007) e das Normas de Ética da Investigação da Ciência do Esporte e do Exercício.

### *Instrumentos*

#### Informações sociodemográficas dos atletas

Para caracterizar as informações relacionadas a prática da bocha paralímpica a equipe de pesquisa formulou questões para extração de dados demográficos e de prática esportiva dos atletas. Assim, em um formulário próprio, foram coletadas a idade, sexo, se estava participando de algum tipo de treinamento em casa, o tempo de experiência na modalidade, o nível de experiência dos atletas em competições (regional ou nacional), frequência de treino semanal antes da pandemia, horas de treino por dia antes da pandemia, se participava da seleção Brasileira de bocha, a classe funcional a que pertencia (BC1, BC2, BC3 ou BC4) e a região do país que reside (Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sul ou Sudeste). Neste último caso, utilizou-se as regiões pertinentes a divisão geográfica, e não as divisões administrativas realizadas para organização das competições organizadas pela ANDE.

#### *Inventário de estratégias de (COPING)*

Para identificar as estratégias de coping foi utilizado o The athletic coping skills inventory - ACSI-28 (Smith et al., 1995) em sua versão adaptada para o Português (Nascimento Júnior et al., 2010). O questionário é composto por 28 itens que se referem a um dos sete fatores que representam estratégias de coping no esporte: lidar com adversidades; desempenho sob pressão; metas/preparação mental; concentração; livre de preocupação; confiança/motivação; e treinabilidade. As respostas são apresentadas em uma escala do tipo likert que varia de “quase nunca” (0) a “quase sempre” (3).

#### *Procedimentos*

Tanto as perguntas relacionadas às informações demográficas quanto o instrumento para mensurar as estratégias de coping foram devidamente digitalizados e transformados em formulários eletrônicos elaborados no aplicativo Google Forms Platform através do link: <https://forms.gle/8cuQjHHvP6qKTNYo9>. O

formulário foi enviado no período entre 04/06/2020 à 31/07/2020, momento onde se registra no Brasil uma curva acentuada de casos da COVID-19 ([www.covid.saude.gov.br](http://www.covid.saude.gov.br)). Neste período, os atletas estavam sem competição programada e impedidos de realizarem suas práticas em centros de treinamento. Foram respeitadas todas as questões existentes no instrumento, além da sua forma pertinente de resposta. Juntamente com o link do formulário foi enviado um vídeo explicativo sobre os procedimentos da pesquisa, seus objetivos e foi orientado para cada atleta que as respostas deveriam ser dadas de maneira correta, refletindo a percepção real momentânea. Além disto, os atletas com maiores dificuldades motoras no tocante a coordenação e controle dos gestos, foram permitidos a receberem auxílio para responderem as questões, quer seja para leitura ou mesmo para usarem seus equipamentos eletrônicos (computadores, celulares e tablets), por familiares ou quaisquer auxiliares. Acreditamos que este auxílio não compromete a qualidade das respostas, uma vez que atletas de bocha normalmente recebem algum tipo de auxílio em suas atividades da vida diária, em comparação com outros grupos de atletas paralímpicos. Além dessas indicações, foi orientado que os atletas respondessem ao formulário com calma e em um ambiente tranquilo na sua residência, buscando as melhores condições de leitura, concentração e efetiva resposta. O meio utilizado para envio do formulário foi o WhatsApp®, por meio do método “bola de neve”. O método consiste da seguinte forma: entramos em contato primeiro com os treinadores das primeiras amostras, considerando atletas pertencentes ao grupo de interesse. Após explanação tanto do caráter da pesquisa quanto das respectivas dúvidas, encaminhamos o formulário para obter os dados relevantes e instruímos destes atletas recrutarem futuros pares entre seus conhecidos no meio esportivo paralímpico repassando o nosso contato. Sendo assim, Amostragem de bola de neve é um método de coleta de informações para acessar grupos específicos de pessoas, segundo (Naderifar et al., 2017) é uma forma de recrutamento eficaz.

## Estratégias de coping durante pandemia na bocha paralímpica

### Análise de dados

A normalidade dos dados foi avaliada por meio do teste de Shapiro-Wilk. Como não houve atendimento do pressuposto estatístico para tal, recorreu-se a análises não-paramétricas. Para comparação entre as classes funcionais e os tempos de experiência foi utilizado o teste de Kruskal-Wallis, com testes post-hoc DSCF pareados. As comparações entre os níveis competitivos foram realizadas por meio do teste U de Man-Withney. Diante da análise, a mensuração e apresentação do tamanho de efeito ocorreu mediante “g” de hedges. Todas as análises foram realizadas no software JAMOVI, versão 1.6.23.0, sendo considerado uma significância estatística de 5% ( $p < 0,05$ ).

### RESULTADOS

Foram encaminhadas 43 respostas através do formulário enviado. Sendo assim, após tabulação e observação minuciosa dos dados não foram constatadas duplicações de respostas. Na tabela 1, são apresentadas as características sociodemográficas de todos os atletas que responderam ao formulário proposto.

A tabela 2 demonstra os resultados encontrados para as estratégias de coping mais utilizadas pelos atletas de bocha paralímpica, dentre os grupos sociodemográficos (classificação funcional, nível competitivo e tempo de experiência na modalidade) analisados. Considerando isto, ao realizarmos comparações intragrupos dos atletas, o tempo de experiência apresentou diferenças estatisticamente significativas entre “+10 anos”, “5 a 10 anos” e “1 a 3 anos”, nas subescalas “metas e preparação mental” ( $6,00 \pm 1,75$  vs  $5 \pm 1,50$  vs  $5 \pm 1,50$ ) e “treinabilidade” ( $9,00 \pm 3,25$  vs  $6,00 \pm 0,500$  vs  $8,00 \pm 3,00$ ). Percebe-se que atletas com experiência acima de 10 anos na modalidade possui resultados superiores na média em comparação aos seus pares com menor tempo de experiência. No entanto, o grupo com menor tempo de experiência (1 a 3 anos) apresentou maiores índices na utilização da subescala “treinabilidade” das estratégias de coping em comparação aos atletas dentre 5 a 10 anos. Não houve diferença entre os grupos de classificação funcional e nível competitivo.

### DISCUSSÃO

O estudo teve como objetivo identificar quais as estratégias de coping foram mais utilizadas pelos atletas de bocha paralímpica para encarar a realidade em período de isolamento físico. Sendo assim, quando os grupos de “tempos de experiências” são comparados, observou-se diferenças entre eles, apenas em relação as estratégias “metas e preparação mental” e “treinabilidade”. As demais subescalas não apresentaram diferenças significativas. O grupo que pratica bocha a “+10 anos” tem resultados superiores quando comparado aos seus pares com menor tempo de experiência. Contudo, não foram encontradas diferenças dentre quaisquer subescalas das estratégias de coping em relação aos grupos de “classificação funcional” e “nível competitivo”. É importante ressaltar os nossos achados na área do esporte adaptado, tendo vista a especificidade dos atletas analisados e a situação pandêmica em que os contextos das coletas de dados ocorreram.

Diante isto, a pesquisa realizada por Nascimento Júnior et al., (2010) com atletas de futebol de campo das categorias infantil e juvenil, constatou que as estratégias de enfrentamento mais utilizadas por eles foram “treinabilidade” e “confiança e motivação” como recurso psicológico para confrontar o estresse percebido. Contudo, entre as categorias (infantil e juvenil) não foram encontradas diferenças significativas dentre as subescalas de coping. Mesmo não sendo uma investigação na área paralímpica, o estudo reforça a evidência achada em nossa investigação de não haver distinção na utilização das estratégias dentre as categorias existentes na bocha paralímpica. É importante salientar que em esportes não paralímpicos a divisão de categoria é pela faixa etária, enquanto no esporte adaptado é independente da idade tanto a separação das categorias quanto a elegibilidade, sendo mais comum pelo tipo de deficiência e grau da limitação acometida.

Em relação ao nível competitivo e estratégias de coping no esporte, o estudo de Bim et al., (2014) analisou as estratégias de coping e os sintomas da síndrome Burnout em 58 atletas adultos de futsal do estado do Paraná. Logo, uma das verificações na pesquisa concluiu que atletas com melhor desempenho (convocação para a seleção brasileira) utilizam mais e melhor as estratégias de coping quando comparados aos seus pares. O resultado

**Tabela 1.** Panorama descritivo de todos os atletas participantes do estudo.

Dados demográficos (N=43)	N (%)
<b>Idade</b>	
<i>(média±DP)</i>	29.95±11,76
<b>Gênero</b>	
<i>Homens</i>	30 (69,7)
<i>Mulheres</i>	13 (30,2)
<b>Grupos de classes funcionais</b>	
<i>BC1</i>	8 (18,60)
<i>BC2</i>	12 (27,90)
<i>BC3</i>	11 (25,58)
<i>BC4</i>	11 (25,58)
<i>Não especificada</i>	1 (2,32)
<b>Tipo de deficiência</b>	
<i>Paralisia cerebral</i>	24 (55,81)
<i>Tetraplegia</i>	4 (9,30)
<i>Poliomielite</i>	3 (6,96)
<i>Malformação e semelhantes não especificados</i>	7 (16,26)
<i>Distrofia muscular</i>	5 (11,63)
<b>Região geográfica do país</b>	
<i>Nordeste</i>	12 (27,90)
<i>Centro-Oeste</i>	3 (6,9)
<i>Sudeste</i>	12 (27,90)
<i>Sul</i>	16 (37,20)
<b>Tempo de experiência</b>	
<i>De 1 a 3 anos</i>	12 (25,58)
<i>De 3 a 5 anos</i>	6 (13,95)
<i>De 5 a 10 anos</i>	15 (34,88)
<i>Mais de 10 anos</i>	10 (23,25)
<b>Nível competitivo</b>	
<i>Nacional</i>	26 (60,46)
<i>Regional</i>	17 (39,53)

## Estratégias de coping durante pandemia na bocha paralímpica

1

2 **Tabela 2.** Comparações das estratégias de COPING no esporte entre os grupos demográficos analisados (valores expressos em  
3 mediana±amplitude interquartílica).

Grupos		Lidar com adversidades	Metas e preparação mental	Melhor desempenho sob pressão	Concentração	Livre de preocupação	Confiança e motivação	Treinabilidade
CF	BC1	8.00±1.50	6.00±0.250	7.00±4.25	4.50±2.00	3.00±1.25	9.00±1.00	7.00±2.25
	BC2	8.00±2.25	6.00±1.50	9.00±2.25	5.50±3.25	4.00±3.25	10.0±1.00	6.00±3.00
	BC3	8.00±2.50	5.00±1.75	8.50±2.75	5.00±3.50	3.00±3.00	9.00±1.75	6.50±2.75
	BC4	8.50±2.75	6.00±1.25	7.50±4.75	6.50±2.75	3.00±2.50	11.0±3.25	9.00±1.75
Nível competitivo	Regional	8.00±4.00	6.00±1.00	8.00±4.00	6.00±4.00	2.00±3.00	9.00±2.00	8.00±3.00
	Nacional	8.00±2.00	6.00±2.00	8.00±4.00	5.00±3.00	3.00±2.00	10.00±2.00	7.00±3.00
Tempo de experiência	1 a 3 anos	8±1.50	5±1.50	9±4.00	6±2.00	2±2.50	11±3.00	8.00±3.00
	3 a 5 anos	9.00±3.00	6.00±2.25	8.00±1.50	6.00±1.50	3.00±1.50	10.0±2.25	9.50±2.50
	5 a 10 anos	7±2.00	<b>5±1.50<sup>a*</sup></b>	8±5.00	4±2.50	4±3.00	9±1.50	<b>6.00±0.500<sup>b*</sup></b>
	+ 10 anos	8.00±1.00	<b>6.00±1.75<sup>a*</sup></b>	8.50±2.75	6.00±3.50	3.50±2.50	10.0±2.50	<b>9.00±3.25<sup>b*</sup></b>

4 **Legenda:** CF (Classificação Funcional); \*p<0,05; <sup>a</sup>(Tamanho do Efeito: 0,26); <sup>b</sup>(Tamanho do Efeito: 0,19).

5

encontrado na pesquisa mencionada contrapõe ao que foi observado no presente estudo, no qual os atletas de bocha independente de terem competido a nível nacional ou regional não se distinguiram nas subescalas das estratégias de coping. Acreditamos que a motivação intrínseca dos jogadores de bocha seja um fator moderador na manutenção e autorregulação em aspectos psicológicos mesmo estando em situações desafiadoras.

Vale salientar que esta fonte de motivação pode estar ocorrendo tanto pelos atletas de menor (1 a 3 anos) quanto de maior (acima de 10 anos). Os primeiros por estarem sendo expostos a uma condição nova de estimulação, cuja maior percepção de saúde, suporte social e funcionalidade servem como fatores motivadores (Kristiansen & Roberts, 2010; Shikako-Thomas et al., 2013). Já o grupo mais experiente, na condição de detentor de maiores habilidades de níveis de conhecimento sobre o esporte, passa a recorrer a tais habilidades psicológicas para se manterem focados e alinhados com o propósito de treinamento (Calmeiro et al., 2014; Meyers et al., 2008). Neste sentido, Hirota et al., (2016) menciona na aplicação de um instrumento de motivação que atletas de bocha paralímpica apresentam ter muita determinação e confiança quando estão treinando constantemente.

Sobre o tempo de experiência e as estratégias de coping, o estudo de Keller et al., (2005) avaliou 64 atletas de voleibol feminino apontando que as mais experientes na modalidade apresentaram menores níveis de estresse, promovendo um maior rendimento durante a prática no esporte. Então, foi especulado pelos autores que atletas mais experientes interpretam os sinais de ansiedade e autoconfiança como facilitadores para o desempenho ao invés dos seus pares mais novatos. Estes achados corroboram com parte de nossos resultados indicando que atletas com maior tempo de experiência na prática de suas modalidades quando expostos a situações de imprevisibilidades (tais quais: medo, estresse, incerteza, exigências físicas e mentais), lidam com maior segurança e estabilidade permitindo-se continuar aos treinamentos prescritos, assim como demonstram ter um maior controle emocional, reagindo positivamente a agentes estressores.

Nossos resultados se configuram como importantes para a área do esporte adaptado, em um momento peculiar e com repercussões mundiais, especialmente

para o monitoramento de condições próprias a estes atletas durante momentos específicos de uma temporada competitiva. esta investigação possuiu limitações que precisam ser destacadas. Ainda assim, podemos destacar algumas limitações. Primeiramente, a heterogeneidade amostral pode ter influenciado os resultados apresentados. Por fim, a escassa presença de estudos realizados no esporte paralímpico, inclusive com atletas que possuem deficiência severa como no caso dos praticantes de bocha. Constatou-se por meio de consulta bibliográfica que este é o primeiro estudo na literatura científica a investigar estratégias de coping utilizadas por atletas na modalidade seja dentro ou fora do contexto da pandemia.

Este período exigiu um maior controle das emoções e das mudanças comportamentais em todo o mundo. A estratégia de coping surge como ferramenta de fator protetivo a percepções negativas que podem causar problemas mentais gerados pelo estresse e pelas inseguranças momentâneas trazidas através da pandemia. Antecedente a este cenário, detínhamos o conhecimento que atletas com maior experiência na modalidade conseguiam reter um melhor desempenho mesmo sendo submetidos a fatores estressantes quando comparados aos seus pares com menor tempo de experiência (Keller et al. 2005). Assim, temos como perspectiva futura que o atleta de bocha seja capaz de enfrentar e superar diferentes condições de estresse, é fundamental que o repertório destas estratégias de coping seja bem diversificadas, para que assim consiga reduzir as consequências geradas por distintas e extraordinárias situações.

## APLICAÇÃO PRÁTICA

Verificou-se a necessidade de compreender como as estratégias de coping podem auxiliar no enfrentamento e na solução dos fatores ocasionados em decorrência dos períodos de incertezas como o da pandemia em atletas paralímpicos, especificamente na bocha. Logo, com o entendimento da utilização destas estratégias de coping sendo repassada e direcionada aos atletas em diversas modalidades paralímpicas acreditamos desta promover uma minimização considerável do estresse percebido prevenindo influências deletérias sobre o desempenho através do campo psicológico.



## Estratégias de coping durante pandemia na bocha paralímpica

Assim, para que o atleta de bocha seja capaz de enfrentar e superar diferentes condições de estresse, é fundamental do repertório destas estratégias seja bem diversificado e implementado durante os treinamentos da modalidade, principalmente nos que ainda estão aderindo experiência prática. Assim, podemos recomendar que treinadores estejam incluindo em suas rotinas de treinamento abordagens e estratégias de condução dos treinamentos que enfatizem a motivação dos atletas de bocha paralímpica, especialmente nos extremos da experiência no esporte (menores e maiores tempos de experiência). Outrossim, recomenda-se que aos atletas de nível intermediário de experiência a sistematização e continuidade das ações podem favorecer a manutenção da motivação para a prática da modalidade.

### CONCLUSÃO

Atletas mais e menos experientes na modalidade da bocha apresentaram melhores resultados em alguns componentes das estratégias de coping, especialmente nas subescalas “metas e preparação mental” e “treinabilidade”, em comparação aos atletas de nível intermediário de experiência. Do ponto de vista dessas duas dimensões, ser mais e menos experiente na modalidade proporcionou aos jogadores se prepararem e blindarem melhor mentalmente as adversidades existentes da situação (pandemia), deixando-os em um estado de maior tranquilidade e foco para treinar. Estes achados devem ser analisados com cautela, tendo em vista as especificidades de condições avaliadas (atletas com deficiência severa e momento de Pandemia).

### REFERENCIAS (APA 7ª EDICION)

1. Andreu-Caravaca, L., Ramos-Campo, D., Manonelles, P., Abellán-Aynés, O., Chung, L. H., & Rubio-Arias, J. Á. (2021). Effect of COVID-19 home confinement on sleep monitorization and cardiac autonomic function in people with multiple sclerosis: A prospective cohort study. *Physiology & Behavior*, 237(March), 113392. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2021.113392>
2. Antunes, R., Rebelo-Gonçalves, R., Amaro, N., Salvador, R., Matos, R., Morouço, P., & Frontini, R. (2021). Higher Physical Activity Levels May Help Buffer the Negative Psychological Consequences of Coronavirus Disease 2019 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12(January 2020), 672811. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.672811>
3. Arruda, S. F. de, Oliveira, J. I. V. de, Dantas, M. J. B., Costa, M. da C., Oliveira, L. I. G. L. de, & Oliveira, S. F. M. de. (2022). Mood states and quality of live in paralympic boccia athletes in the COVID-19 pandemic. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 28(4), 300–305. [https://doi.org/10.1590/1517-8692202228042020\\_0131](https://doi.org/10.1590/1517-8692202228042020_0131)
4. Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
5. Bezerra, A. C. V., Silva, C. E. M. da, Soares, F. R. G., & Silva, J. A. M. da. (2020). Factors associated with people’s behavior in social isolation during the COVID-19 pandemic. *Ciências & Saúde Coletiva*, 25(1), 2411–2421. <https://doi.org/10.1111/dmcn.14248>
6. Bim, R. H., Junior, J. R. A. do N., Amorim, A. C., Vieira, J. L. L., & Vieira, L. F. (2014). Coping and symptoms of burnout in elite indoor soccer athletes. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 22(3), 69–75. <https://doi.org/10.1682/JRRD.2015.08.0156>
7. Calmeiro, L., Tenenbaum, G., & Eccles, D. W. illia. (2014). Managing pressure: patterns of appraisals and coping strategies of non-elite and elite athletes during competition. *Journal of Sports Sciences*, 32(19), 1813–1820. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.922692>
8. Castro, B. L. G. de, Oliveira, J. B. B. de, Morais, L. Q., & Gai, M. J. P. (2020). COVID-19 e organizações: estratégias de enfrentamento para redução de impactos. *Revista Psicologia:*

- Organizações e Trabalho, 20(3), 1059–1063. <https://doi.org/10.17652/rpot/2020.3.20821>
9. de Matos, D. G., Aidar, F. J., Almeida-Neto, P. F. de, Moreira, O. C., Souza, R. F. de, Marçal, A. C., Marcucci-Barbosa, L. S., Martins Júnior, F. de A., Lobo, L. F., dos Santos, J. L., Guerra, I., Costa e Silva, A. de A., Neves, E. B., Tinoco Cabral, B. G. de A., Reis, V. M., & Nunes-Silva, A. (2020). The Impact of Measures Recommended by the Government to Limit the Spread of Coronavirus (COVID-19) on Physical Activity Levels, Quality of Life, and Mental Health of Brazilians. *Sustainability*, 12(21), 9072. <https://doi.org/10.3390/su12219072>
10. El-Zraigat, I., & Alshammari, M. (2020). The psychological and social effects of COVID-19 outbreak on persons with disabilities. *Canadian Social Science*, 16(6), 6–13. <https://doi.org/10.3968/11758>
11. Elaraby, A., Shahein, M., Bekhet, A. H., Perrin, P. B., & Gorgey, A. S. (2022). The COVID-19 pandemic impacts all domains of quality of life in Egyptians with spinal cord injury: a retrospective longitudinal study. *Spinal Cord*, 60(8), 757–762. <https://doi.org/10.1038/s41393-022-00775-0>
12. García-Rudolph, A., Saurí, J., López Carballo, J., Cegarra, B., Wright, M. A., Opisso, E., & Tormos, J. M. (2021). The impact of COVID-19 on community integration, quality of life, depression and anxiety in people with chronic spinal cord injury. *The Journal of Spinal Cord Medicine*, 0(0), 1–10. <https://doi.org/10.1080/10790268.2021.1922230>
13. Goodyear, M. D. E., Krljeza-Jeric, K., & Lemmens, T. (2007). The Declaration of Helsinki. *BMJ*, 335(7621), 624–625. <https://doi.org/10.1136/bmj.39339.610000.BE>
14. Hirota, V. B., Diniz, D. V., Arroxellas, R. D. de, Marco, A. De, Verardi, C. E. L., Seabra, A. G., & Paula, C. S. de. (2016). Instrument motivation application in disabled boccia athletes: a pilot study. *Cadernos de Pós-Graduação Em Distúrbios Do Desenvolvimento*, 16(2), 8–15. <https://doi.org/10.5935/1809-4139.20160002>
15. Iancheva, T., Rogaleva, L., García-Mas, A., & Olmedilla, A. (2020). Perfectionism, mood states, and coping strategies of sports students from Bulgaria and Russia during the pandemic Covid-19. *Journal of Applied Sports Sciences*, 1(2020), 22–38. <https://doi.org/10.37393/JASS.2020.01.2>
16. Keller, B., Okasaki, F. H. A., Lima, R. F. de, & Coelho, R. W. (2005). Relação dos sintomas de estresse e o tempo de prática no vôlei feminino. *Journal of Exercise and Sport Sciences*, 1(1), 6–7.
17. Kristiansen, E., & Roberts, G. C. (2010). Young elite athletes and social support: Coping with competitive and organizational stress in “Olympic” competition. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 20(4), 686–695. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.00950.x>
18. Meyers, M. C., Stewart, C. C., Laurent, C. M., LeUnes, A. D., & Bourgeois, A. E. (2008). Coping skills of olympic developmental soccer athletes. *International Journal of Sports Medicine*, 29(12), 987–993. <https://doi.org/10.1055/s-2008-1038679>
19. Naderifar, M., Goli, H., & Ghaljaie, F. (2017). Snowball Sampling: A Purposeful Method of Sampling in Qualitative Research. *Strides in Development of Medical Education*, 14(3). <https://doi.org/10.5812/sdme.67670>
20. Nascimento Júnior, J. R. A., Gaignon, P. A., Nakashima, F. S., & Vieria, L. F. (2010). Analysis of pre-competition psychological stress and coping strategies of young soccer athletes. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 18(4), 45–53.
21. Paulo, S., Romano, R. G., Arroxellas, R. D. De, Regina, B., Saeta, P., & Hirota, V. B. (2016). The professionalization of disable athletes of Boccia. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 3(3), 482–484.

## Estratégias de coping durante pandemia na bocha paralímpica

22. Secades, X. G., Molinero, O., Salguero, A., Barquín, R. R., de la Vega, R., & Márquez, S. (2016). Relationship Between Resilience and Coping Strategies in Competitive Sport. *Perceptual and Motor Skills*, 122(1), 336–349. <https://doi.org/10.1177/0031512516631056>
23. Shikako-Thomas, K., Shevell, M., Schmitz, N., Lach, L., Law, M., Poulin, C., & Majnemer, A. (2013). Determinants of participation in leisure activities among adolescents with cerebral palsy. *Research in Developmental Disabilities*, 34(9), 2621–2634. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.05.013>
24. Silva, F. C. da, Zamproga, K. M., Souza, S. S. de, Silva, D. H., & Sell, D. (2021). Social isolation and the speed of covid-19 cases: measures to prevent transmission. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 42(spe), e20200238. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200238>
25. Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2009). Métodos de pesquisa em atividade física. In Artmed Editora.
26. WorldBoccia. (2021a). BISFed International Boccia Classification Rules. In BISFed (Issue October). <https://www.worldboccia.com/wp-content/uploads/2021/10/Boccia-Classification-Rules-5th-Edition-September-2021287.pdf>
27. WorldBoccia. (2021b). BISFed International Boccia Rules. In BISFed. [http://www.bisfed.com/wp-content/uploads/2017/03/Final\\_BISFed-2017-Competition-Rules-V2.pdf](http://www.bisfed.com/wp-content/uploads/2017/03/Final_BISFed-2017-Competition-Rules-V2.pdf)
28. Yakut, H., Özalevli, S., Aktan, R., Özgen Alpaydın, A., Merih Birlik, A., & Can, G. (2021). Effects of supervised exercise program and home exercise program in patients with systemic sclerosis: A randomized controlled trial. *International Journal of Rheumatic Diseases*, 24(9), 1200–1212. <https://doi.org/10.1111/1756-185X.14177>
29. Zhang, J., Lu, H., Zeng, H., Zhang, S., Du, Q., Jiang, T., & Du, B. (2020). The differential psychological distress of populations affected by the COVID-19 pandemic. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87(January), 49–50. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.031>