



UNIVERSIDADE FEDERAL DO NORTE DO TOCANTINS
CÂMPUS UNIVERSITÁRIO DE TOCANTINÓPOLIS
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ARYADNE CRISTINA DE CARVALHO ROCHA

**FUTEBOL RECREATIVO: A PRÁTICA E OS PRINCIPAIS EFEITOS
DELETÉRIOS DURANTE A PANDEMIA PARA JOVENS PRATICANTES NA CIDADE
DE TOCANTINÓPOLIS- TO**

TOCANTINÓPOLIS -TO
2021

ARYADNE CRISTINA DE CARVALHO ROCHA

**FUTEBOL RECREATIVO: A PRÁTICA E OS PRINCIPAIS EFEITOS
DELETÉRIOS DURANTE A PANDEMIA PARA JOVENS PRATICANTES NA CIDADE
DE TOCANTINÓPOLIS- TO**

Monografia apresentada à UFNT - Universidade Federal do Norte do Tocantins - Campus Universitário de Tocantinópolis para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador Professor M^a. Orranette Pereira Padilhas

TOCANTINÓPOLIS -TO
2021

ARYADNE CRISTINA DE CARVALHO ROCHA

**FUTEBOL RECREATIVO: A PRÁTICA E OS PRINCIPAIS EFEITOS
DELETÉRIOS DURANTE A PANDEMIA PARA JOVENS PRATICANTES NA CIDADE
DE TOCANTINÓPOLIS- TO**

Monografia foi avaliada e apresentada à UFNT- Universidade Federal do Norte do Tocantins – Campus Universitário de Tocantinópolis, Curso de Licenciatura em Educação Física, para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física e aprovado pela Orientadora e pela Banca Examinadora.

Data de Aprovação: 09/12/2021

Banca Examinadora:

Prof. (a) Ma. Orranette Pereira Padilhas
(Orientadora)

Universidade Federal do Norte do Tocantins -
UFNT

Prof. Dr. Adriano Lopes de Sousa **(Examinador 1)**

Universidade Federal do Norte do Tocantins -
UFNT

Prof. Dr. Joana Marcela Sales de Lucena **(Examinador 2)**

Universidade Federal do Norte do Tocantins -
UFNT

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

R672f Rocha, Aryadne Cristina de Carvalho .

Futebol recreativo: a prática e os principais efeitos deletérios durante a pandemia para jovens praticantes na cidade de Tocantinópolis-TO . / Aryadne Cristina de Carvalho Rocha. – Tocantinópolis, TO, 2022.

37 f.

Monografia Graduação - Universidade Federal do Tocantins – Câmpus Universitário de Tocantinópolis - Curso de Educação Física, 2022.

Orientadora : Orranette Pereira Padilhas

1. Jovens futebolistas. 2. Impacto na prática. 3. Pandemia. 4. Futebol recreativo. I. Título

CDD 796

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Dedico esse trabalho primeiramente a Deus por me conceder forças e sempre estar comigo nos momentos difíceis, ao meu filho que é o maior motivo pelo qual não desisti dos meus objetivos, aos meus familiares que contribuíram e me apoiaram nesta fase, e a todos os que contribuíram de alguma forma para que eu conseguisse completar esse ciclo da minha vida.

AGRADECIMENTOS

A Deus por me permitir vivenciar tudo isso, não somente nestes anos como universitária, mas que em todos os momentos está ao meu lado me dando forças, sabedoria e discernimento.

Aos meus avós, Neuza Maria de Carvalho e Joaquim Francisco Honório de Carvalho, que sempre estiveram ao meu lado me apoiando e contribuindo para que eu pudesse me dedicar aos estudos.

A minha mãe Maria Dileuza de Carvalho, pelo amor, apoio e contribuição para que eu pudesse me dedicar aos estudos.

As minhas irmãs Heliania de Carvalho Rocha; Thaynara de Carvalho Rocha e Thalmá de Carvalho Rocha. Também a minhas primas Késia de Carvalho Silva e Karine Vitória de Carvalho Silva que nos últimos meses contribuíram ajudando a olhar meu filho recém nascido para que eu pudesse me dedicar aos estudos e a escrita do trabalho.

A minha tia Maria das Dores de Carvalho que me recebeu em sua casa, cedendo moradia, apoiando e contribuindo para que eu desse início a minha jornada acadêmica.

A Universidade Federal do Tocantins que me proporcionou a oportunidade de conhecer pessoas incríveis, fazer amizades e expandir meus horizontes.

Aos professores que acompanharam meu desenvolvimento como aluna, que me instigaram a querer ser uma profissional de qualidade e contribuíram para a minha formação.

A minha professora/amiga e orientadora Ma. Orranette Pereira Padilhas que teve paciência e disponibilidade para acompanhar meu trabalho, que deu apoio e conselhos fundamentais para que eu pudesse prosseguir e concluir o estudo. Sou eternamente grata por toda contribuição.

Aos meus amigos e colegas de classe, Emily Cristina Pereira de Almeida, Leticia Viviane Andrade e Rodrigo Ferreira Brandão que me receberam, acolheram durante esses quatro anos, sempre estiveram ao meu lado apoiando e incentivando. Sou grata por nossa amizade, com certeza essa trajetória se tornou mais leve com vocês do meu lado.

A todos os meus colegas de classe que estiveram comigo durante esses quatro anos e aqueles que contribuíram direta ou indiretamente para esse momento, meu muito obrigada.

Resumo

O objetivo dessa pesquisa foi identificar como é realizada a prática do futebol recreativo por jovens da cidade de Tocantinópolis antes e durante a pandemia. Foi realizada com 14 pessoas, praticantes de futebol recreativo. Sendo utilizado como instrumento de pesquisa um questionário específico contendo 08 perguntas abertas e fechadas. Por meio deste, concluímos que durante o período pandêmico os jovens futebolistas se sentiram desestimulados para a prática e que 64,3% deles passaram a realizar o futebol recreativo por um menor número de vezes na semana e com menor tempo de duração (<2 hrs). Com isso podemos afirmar que a pandemia afetou a prática do futebol recreativo por jovens na cidade de Tocantinópolis-TO.

Palavras – chave: Futebol recreativo. Pandemia. Covid-19.

Abstract

The objective of this research was to identify how recreational soccer is practiced by young people in the city of Tocantinópolis before and during the pandemic. It was held with 14 people, recreational football practitioners. A specific questionnaire containing 08 open and closed questions was used as a research instrument. Through this, we concluded that during the pandemic period, young soccer players felt discouraged to practice and that 64.3% of them started to perform recreational soccer a smaller number of times a week and with a shorter duration (<2 hrs). Thus, we can say that the pandemic affected the practice of recreational football by young people in the city of Tocantinópolis-TO.

Keywords: Recreational football. Pandemic. Covid-19.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Gráfico 1- Frequência semanal de prática antes da pandemia.....	21
Gráfico 2- Frequência semanal de prática durante a pandemia	22
Gráfico 3- Ocorrências ligadas à prática do futebol recreativo durante a pandemia.....	23
Gráfico 4- Tempo de duração da prática antes da pandemia.....	24
Gráfico 5- Tempo de duração da prática durante a pandemia.....	25

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CEP/UFT- Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal do Tocantins.

TCLE- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 OBJETIVOS	14
2.1 Objetivo Geral	14
2.2 Objetivos Especificos	14
3 JUSTIFICATIVA	15
4 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	16
2.3 Futebol recreativo como manifestação do futebol	16
2.4 A prática do futebol recreativo durante a pandemia	17
5 MÉTODO DA PESQUISA	19
2.5 Tipo de pesquisa	19
2.6 Local da pesquisa	19
2.7 População/Amostra	19
2.8 Critérios de inclusão e exclusão	19
2.9 Instrumentos/Técnicas de coleta dos dados	20
2.10 Procedimentos de Coleta dos dados	20
2.11 Procedimentos de Análise dos dados	20
2.12 Aspectos éticos	20
6 RESULTADOS	21
7 DISCUSSÃO	25
8 CONCLUSÃO	29
REFERENCIAS	30
APENDICES	33
ANEXOS	38

INTRODUÇÃO

O futebol é o principal esporte nacional, sendo um desporto bastante admirado e praticado por vários jovens, tanto profissionalmente quanto de forma recreativa ou de lazer. O futebol recreativo é uma manifestação do futebol de 11 jogadores, o qual pode ser jogado com um número menor de participantes e, em ambientes diferentes de um campo profissional (TOMAZ ; BRITO . 2017), (PEDRETTI *et al.* 2016).

Segundo Tomaz e Brito (2017, p.103), “o futebol recreativo apresenta um conjunto de tarefas motoras diversificadas com intensidade moderada a vigorosa”. Dessa forma, podemos notar que essa variação, não se distingue totalmente do futebol profissional, e que, se praticado regularmente pode trazer benefícios aos praticantes. A prática esportiva contribui para o aumento e melhora da capacidade funcional dos diversos sistemas do organismo. Aumenta a resistência cardiovascular, a flexibilidade e mobilidade das articulações e melhora a força e a resistência dos músculos (ADAMS *et al.* 1985).

Por meio deste, jovens e adolescentes passam a ter uma rotina menos sedentária e, por consequência, têm maior chance de não fazerem parte da estatística de jovens que estão acima do peso ou obesos. Em seu estudo, Pedretti *et al.* (2016), revelam que apesar de limitados, a originalidade dos resultados destaca e reforça o potencial da prática do futebol recreativo na prevenção da obesidade de crianças e adolescentes. Alguns estudos apontam o sedentarismo como um dos fatores contribuintes para o desenvolvimento da obesidade e que, por meio desta, há o surgimento de várias outras comorbidades.

Destacamos atualmente o sedentarismo dentre os fatores que contribuem para o desenvolvimento da obesidade. Sendo importante ressaltar que devido a pandemia do Covid-19, fez-se necessário a imposição de medidas de restrição, colocando a população em situação de isolamento social. As medidas restritivas adotadas afim de evitar a disseminação do vírus por sua vez, acaba contribuindo para o desenvolvimento de um comportamento sedentário.

Segundo o Ministério da Saúde 2021, “A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global”. Essas medidas restritivas, fez com que houvesse um impacto no estilo de vida das pessoas, levando-as a adotarem uma rotina mais sedentária, porém com um volume quantitativo igual ou superior de alimentos ingeridos (ROSSI *et al.* 2019). Com o distanciamento social também houve um aumento no tempo em que crianças e jovens ficam em

frente às telas de celulares, computadores e televisão, diminuindo a prática de qualquer atividade física (PAIVA *et al.* 2021).

Com base no que foi exposto e no interesse de estudar as práticas do futebol recreativo por jovens, durante a pandemia de Covid-19, na cidade de Tocantinópolis-TO, é que surge a temática que iremos verificar neste estudo.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Identificar como é realizada a prática do futebol recreativo por jovens da cidade de Tocantinópolis antes e durante a pandemia.

2.2 Objetivos Específicos

- Verificar como é realizada a prática do futebol recreativo;
- Verificar se há e quais são os efeitos deletérios ocasionados aos jovens futebolistas durante a pandemia.

3 JUSTIFICATIVA

O futebol é um esporte de reconhecimento mundial, sendo praticado por indivíduos de todas as idades. Em todas as cidades do país, seja em quadras, campos ou nas ruas, podemos encontrar crianças e jovens jogando “futebol”. Essa prática não oficial trata-se de sua manifestação, o futebol recreativo, que é acessível em condições físicas e materiais em cidades de todo o país (HANSEN *et al.* 2013).

Notando essa grande adesão do futebol recreativo no país e especificamente por jovens da cidade de Tocantinópolis-TO, e a possível interferência nesta prática devido às medidas de restrição estabelecidas por causa da pandemia, se faz necessário verificar como é realizada a prática e o que a pandemia do Covid 19 acarretou nesta.

4 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Devido a alta adesão do futebol recreativo por crianças, jovens e adultos de todo o mundo, nota-se a necessidade de conceituar e pesquisar qual a contribuição dessa manifestação esportiva para a saúde dos jovens. E diante o contexto em que nos encontramos, faz-se necessário conceituar também o Covid-19, e investigar quais os efeitos/ impactos que a pandemia causou nos jovens que praticam o futebol recreativo. Dessa forma, os seguintes tópicos tem o intuito de apresentar o conceito de futebol recreativo, como e onde ele é praticado e quais seus benefícios. Tratando também dos efeitos que os jovens praticantes dessa manifestação têm sofrido devido a pandemia, se eles têm praticado e se sim, como e onde ocorre a prática. Essas informações contribuem para que as pessoas tenham o mínimo de conhecimento sobre o assunto abordado.

4.1 Futebol recreativo como manifestação do futebol

O futebol é um esporte mundialmente reconhecido, e de grande adesão. Jovens e adolescentes veem esse esporte como uma forma de crescimento profissional, enxergando nele, uma oportunidade para conseguir uma melhor qualidade de vida. Devido ao grande reconhecimento e, fácil acessibilidade, é comum nos depararmos com crianças, jovens e adultos praticando essa modalidade em ambientes comuns de grandes e pequenas cidades.

Essa prática, no entanto, se trata de uma manifestação do futebol profissional. O futebol recreativo diferentemente do profissional, não segue as regras oficiais, nele não há a necessidade de utilizar uniformes, é possível praticá-lo em ambientes distintos ao campo oficial e com um número inferior de jogadores, e para além disso, suas sessões são realizadas em um período de tempo reduzido (TOMAZ; BRITO, J. 2017), (PEDRETTI *et al.* 2016).

Estudos revelam que o futebol recreativo pode ser um forte aliado para uma melhor qualidade de vida dos jovens. De acordo com a Federação Internacional De Medicina Esportiva (1997) o esporte proporciona o desenvolvimento físico, emocional e intelectual do indivíduo, aumentando a autoconfiança e estimulando o comportamento social.

Segundo Tomaz e Brito (2017, p.103), “o futebol recreativo apresenta um conjunto de tarefas motoras diversificadas com intensidade moderada a vigorosa”. Dessa forma, podemos notar que essa variação, não se distingue totalmente do futebol profissional, e que, se praticado regularmente pode trazer benefícios aos praticantes. A prática esportiva contribui para o aumento e melhora da capacidade funcional dos diversos sistemas do organismo. Aumenta a

resistência cardiovascular, a flexibilidade e mobilidade das articulações e melhora a força e a resistência dos músculos (ADAMS *et al.* 1985).

Por meio deste, jovens e adolescentes deixam de ter uma rotina sedentária e, por consequência, têm maior chance de não fazerem parte da estatística de jovens que estão acima do peso ou obesos. Em seu estudo, Pedretti *et al.* (2016), revelam que apesar de limitados, a originalidade dos resultados destaca e reforça o potencial da prática do futebol recreativo na prevenção da obesidade de crianças e adolescentes. Alguns estudos apontam o sedentarismo como um dos fatores contribuintes para o desenvolvimento da obesidade e que, por meio desta, há o surgimento de várias outras comorbidades. Com isso, alguns pesquisadores como De Oliveira (2018) e Weintraub *et al.* (2008) acreditam que a prática do futebol recreativo por determinado tempo, no mínimo três vezes por semana, é eficaz na prevenção da obesidade.

4.2 A prática do futebol recreativo durante a pandemia

Dentro do futebol, seja de forma profissional ou recreativa, sempre se encontra pessoas que expressam relatos sobre os benefícios em torno dessa prática. No entanto, devido às medidas de restrições estabelecidas por causa da pandemia da Covid-19 e a situação de isolamento social, é possível que a frequência dessas práticas tenha sofrido uma queda. Por consequência, o decréscimo na frequência dessa prática colabora para um estilo de vida mais sedentário.

Segundo o Ministério da Saúde 2021, “A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global”. Essas medidas restritivas, fez com que houvesse um impacto no estilo de vida das pessoas, levando-as a adotarem uma rotina mais sedentária, porém com um volume quantitativo igual ou superior de alimentos ingeridos (ROSSI *et al.* 2019). Com o distanciamento social também houve um aumento no tempo em que crianças e jovens ficam em frente às telas de celulares, computadores e televisão, diminuindo a prática de qualquer atividade física (PAIVA *et al.* 2021).

Com essa mudança no comportamento de toda a população, possivelmente os jovens praticantes de futebol recreativo, tenham reduzido ou abandonado suas práticas de treino e realização dos jogos.

O treinamento desportivo é o processo orientado para que haja um aperfeiçoamento no desempenho do atleta. Consiste no aumento da carga de treino, buscando melhorar o rendimento esportivo (BARA FILHO *et al.* 2009). Seja no âmbito profissional ou amador, a

atividade desportiva tem conquistado vários adeptos. Os motivos são os mais variados: saúde, prazer, competição, socialização, descontração, e outros interesses pessoais. Apesar dos inúmeros benefícios, é importante ter consciência que a prática se associa também ao risco de lesão, principalmente se a prática for excessiva (FONG *et al.* 2007; BAHR *et al.* 2003).

Os esportes que exigem ampla preparação física e técnica dos atletas são considerados grandes geradores de estresse (MARQUES; ROSADO, 2005). E o futebol mesmo na sua manifestação recreativa é uma modalidade esportiva que passa pelo processo de treinamento físico e técnico/tático em sua medida.

De acordo com Fong *et al.* (2007), “o desporto é uma das maiores causas de lesões. [...] sendo que as lesões desportivas podem resultar em dor, afastamento dos jogos ou do trabalho e gastos médicos”. É definido como lesão, toda série de eventos não desejados que ocorre com o indivíduo no ambiente em que se realiza a atividade, competitiva ou recreativa, resultando na incapacidade física. Isso pode levar a limitação, alteração, ou interrupção da atividade por pelo menos um dia (BELECHRI *et al.* 2001). Para Hoskins *et al.* (2006), “quando as definições de lesão incluem lesões menores, as lesões musculares são as mais comuns seguidas das contusões e lesões articulares”.

Portanto, podemos notar através desses estudos a grande incidência de lesões em quem frequentemente pratica o futebol. O que pode resultar no afastamento temporário ou definitivo do indivíduo de sua respectiva modalidade. São as lesões esportivas, abandono prematuro do esporte ou desestímulo à prática que nos fazem refletir qual ou quais desses efeitos deletérios a pandemia acarretou ou não para a prática do futebol recreativo.

5 MÉTODO DA PESQUISA

5.1 Tipo de pesquisa

Tem um caráter descritivo por ser realizada através da utilização de questionário para a obtenção de informações sobre os participantes da pesquisa (TOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2009). Sendo de corte transversal, possibilitando obter dados fidedignos, permitindo elaborar conclusões confiáveis e hipóteses que possam ser investigadas futuramente (ZANGIROLAMI-RAIMUNDO; ECHEIMBERG; LEONE, 2018).

A pesquisa é de caráter quantitativo, onde os resultados podem ser quantificados. As amostras desse tipo de pesquisa na maioria das vezes são grandes, e representam a população pesquisada. Os resultados são considerados como um retrato real de toda a população alvo, que foi submetida a pesquisa (FONSECA, 2002).

5.2 Local da pesquisa

Foram escolhidos campos e quadras de futebol dispostos na cidade de Tocantinópolis-TO, que continham jovens praticantes de futebol recreativo. O questionário foi aplicado de forma online, via *Google Forms*. Nessa plataforma os jovens futebolistas entraram para assim responder ao questionário elaborado para esta pesquisa.

5.3 População/Amostra

Foi uma amostragem não probabilística por conveniência. Tendo em vista que a cidade disponibiliza de uma quantidade considerável de jovens praticantes de futebol recreativo, a amostra foi composta por aqueles que se dispuseram a participar da pesquisa, não havendo um limite máximo. Foram incluídos jovens de ambos os sexos, com idade a partir de 18 anos e que tinham no mínimo um ano de prática no futebol recreativo. Com isso, a amostra desta pesquisa foi composta por um total de 14 jovens futebolistas.

Critérios de inclusão e exclusão

Foram Incluídos na pesquisa, aqueles que atenderam aos seguintes critérios: aceitaram ao convite para participar voluntariamente da pesquisa e que tinham no mínimo um ano de prática do futebol recreativo.

Foram excluídos da pesquisa os voluntários que não realizaram as respostas ao instrumento de pesquisa na íntegra.

5.4 Instrumentos/Técnicas de coleta dos dados

Para coleta dos dados foi utilizado um questionário elaborado para esta pesquisa (APÊNDICE A) por meio do *Google Forms*. Disponibilizado aos voluntários via link enviado pelo *whatsapp*.

O mesmo é composto por 8 questões que versam sobre a prática do futebol recreativo.

5.5 Procedimentos de Coleta dos dados

Ao que antecede o primeiro contato com os jovens participantes da pesquisa, foi realizado contato via *WhatsApp* com dois jovens residentes da cidade de Tocantinópolis que mantinham contato direto com os entrevistados. Ambos foram responsáveis por fazer a conexão entre pesquisador e participantes do estudo.

O estudo foi conduzido em três etapas distintas: contato com os jovens praticantes do futebol recreativo a fim de explicar o objetivo da pesquisa; entrega dos termos e cartas para participação da pesquisa e aplicação da pesquisa.

1° ETAPA: Foi feito o contato com os jovens explicando o objetivo da pesquisa, como seria feita e como eles iriam participar respondendo o questionário. Sabendo que seria totalmente remoto a pesquisa, ou seja, toda a pesquisa ocorreu de forma online.

2° ETAPA: Apresentamos para os jovens que se dispuseram a participar da pesquisa os termos de consentimento (TCLE), bem como, o link de acesso e o questionário desenvolvido para esta pesquisa, por meio de um vídeo explicativo como auxílio nas respostas.

3° ETAPA: Aplicamos o questionário da pesquisa com os jovens praticantes. Onde os pesquisadores estiveram à disposição via *whatsapp* para sanar qualquer eventual dúvida que pudesse surgir.

5.6 Procedimentos de Análise dos dados

Os dados quantitativos foram conduzidos por meio de análise descritiva calculados no Software Excel 2016. E os dados, apresentados como média e desvio-padrão da média, porcentagem. Os dados obtidos pelo questionário tiveram os valores calculados no referido software.

Aspectos éticos

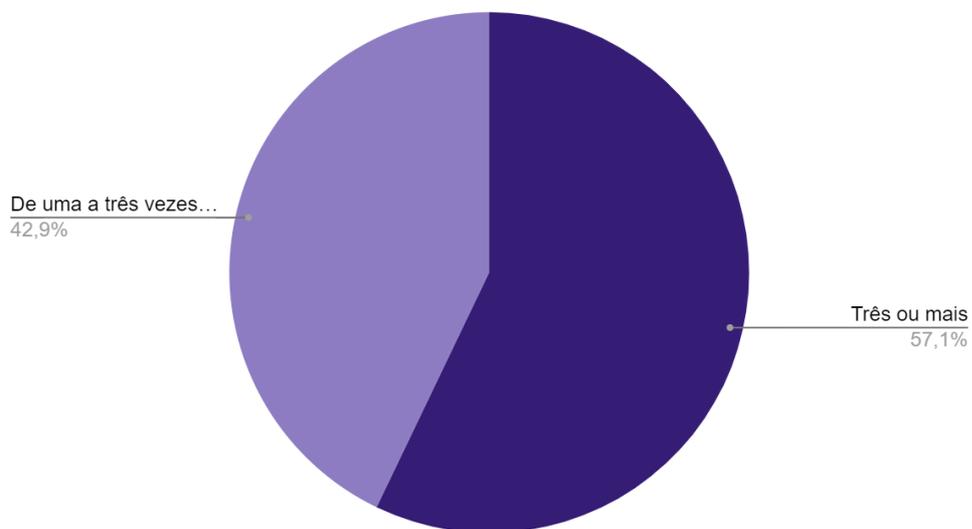
O projeto de pesquisa foi submetido para aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal do Tocantins (CEP/UFT) a partir da plataforma Brasil.

6 RESULTADOS

Ao avaliar as respostas dos jovens atletas de futebol recreativo da cidade de Tocantinópolis-TO, a duração da prática, a frequência antes e durante a pandemia e a incidência de lesões, observamos que estes apresentaram um comportamento distinto em relação a frequência de prática. Os 14 jovens futebolistas participantes da pesquisa, sendo 9 homens e 5 mulheres, apresentaram idade média de $23,21 \pm 3,79$ anos e um tempo médio de prática de futebol recreativo (n=10) de $12,11 \pm 5,35$ anos. Todos os praticantes passaram pelas avaliações desta pesquisa durante a fase de pandemia, não havendo contato direto entre pesquisador e participantes.

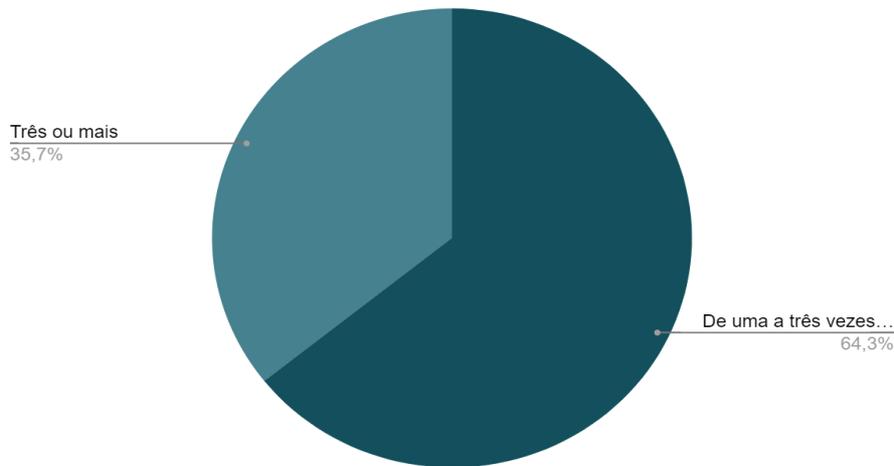
No tocante a frequência semanal da prática, antes e durante o período pandêmico, os dados apresentaram resultados distintos. Essas informações podem ser observadas nos gráficos 1 e 2 a seguir:

Gráfico 1- Frequência semanal de prática antes da pandemia



Fonte: Dados coletados pelo autor, 2021.

Gráfico 2- Frequência semanal de prática durante a pandemia

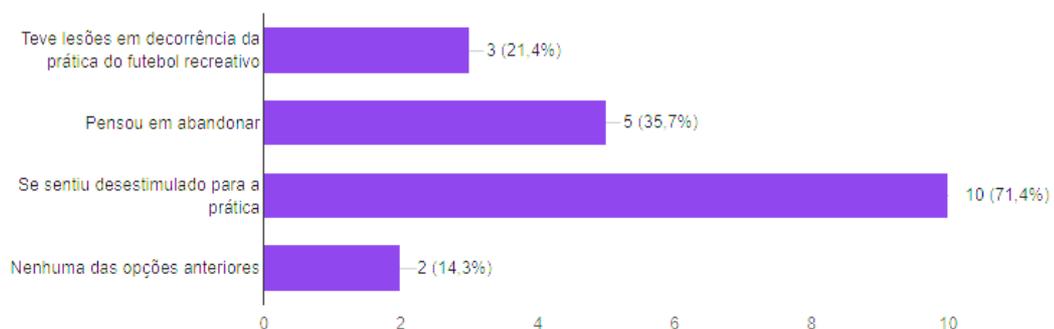


Fonte: Dados coletados pelo autor,2021.

No gráfico 1, podemos observar que 57,1 % dos jovens futebolistas, antes da pandemia, relataram praticar o futebol recreativo de três a mais vezes na semana e 42,9 % praticavam de uma a três vezes. Já no gráfico 2, observamos que 64,3% passaram a praticar futebol recreativo de uma a três vezes na semana e, que apenas 35,7% dos jovens futebolistas praticam futebol de três a mais vezes por semana.

Ao verificar os dois gráficos, é possível notar uma queda de 21,4% na frequência da prática de três a mais vezes na semana, fazendo com que a porcentagem da prática de uma a três vezes na semana tivesse um aumento. Vale ressaltar que o aumento da prática de uma a três vezes na semana, ocorreu durante a pandemia. Esse fato pode estar relacionado a vários fatores, sendo a falta de estímulo um deles. O gráfico 3 apresenta subsídios para que essa suposição seja conservada a priori.

Gráfico 3- Ocorrências ligadas a prática do futebol recreativo



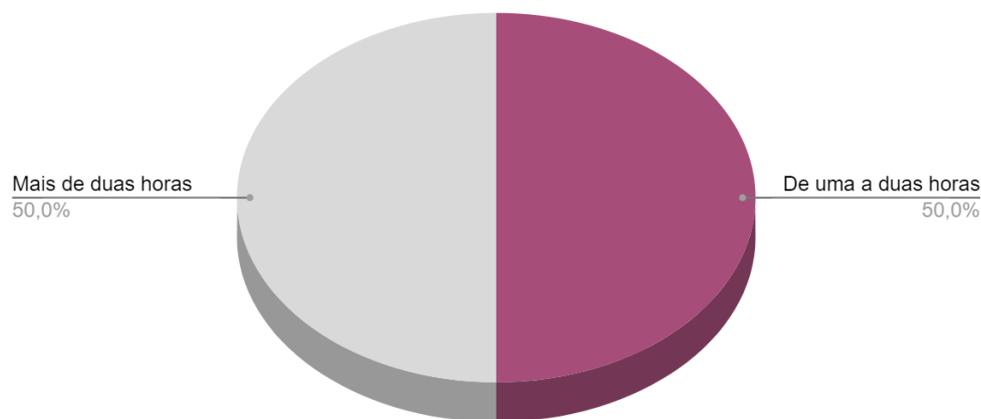
Fonte: Dados coletados pelo autor,2021.

O gráfico 3 demonstra alguns dos efeitos perceptíveis durante a pandemia. As questões foram elencadas de forma que os jovens praticantes de futebol recreativo pudessem se identificar com uma ou mais opções. Ao analisar o gráfico, percebemos que 71,4% dos que fizeram parte do estudo selecionaram a opção que relata a falta de estímulo para a prática do futebol recreativo.

Somando 35,7% dos jovens futebolistas, a segunda opção mais selecionada se refere ao desejo de abandonar a prática, e isto pode estar ligado diretamente à falta de estímulo, uma vez que, o indivíduo já não apresenta desejo ou sente prazer em jogar futebol. Neste mesmo gráfico, 21,4% deles relataram ter sofrido lesão em decorrência da prática do futebol recreativo e, apenas 14,3% afirmaram não vivenciar nenhuma das opções elencadas.

Explorando ainda o viés da frequência, o gráfico 4 e 5, exibem os dados relacionados ao tempo de duração da prática do futebol recreativo antes e durante a pandemia.

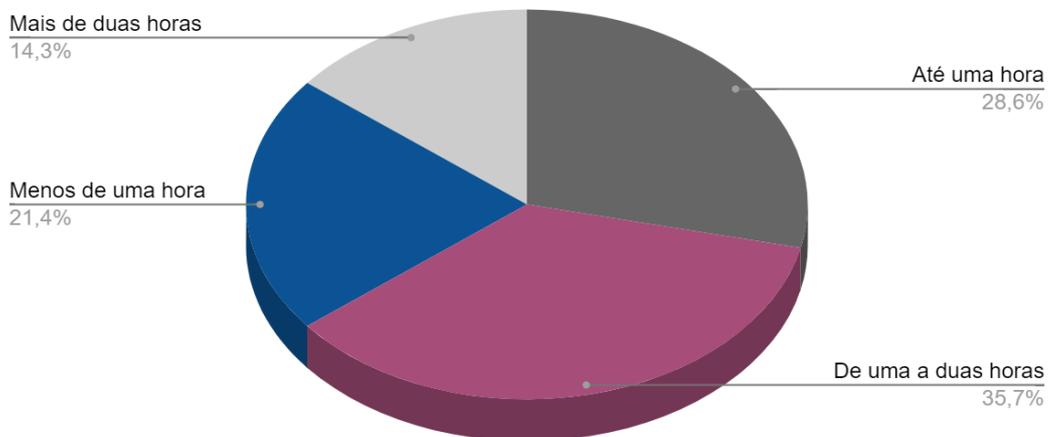
Gráfico 4- Tempo de duração da pratica antes da pandemia



Fonte:

Dados coletados pelo autor, 2021.

No gráfico 4, que representa o tempo de duração da prática antes da pandemia, houve equivalência nos resultados obtidos. A opção que se refere ao indivíduo passar de uma a duas horas jogando, obteve um total de 50% das respostas. A mesma porcentagem foi adquirida na opção referente a prática que ultrapassa duas horas de jogo. As opções “menos de uma hora” e “até uma hora” não obtiveram relatos.

Gráfico 5- Tempo de duração durante a pandemia

Fonte: Dados coletados pelo autor, 2021.

Os dados obtidos no gráfico 5, revelam alterações no comportamento dos jovens futebolistas participantes da pesquisa. Neste, o resultado obtido no gráfico 4 sofre alterações significativas, se dividindo entre todas as opções propostas. Os resultados do gráfico 5 estão apresentados da seguinte forma: 35,7% dos participantes relataram praticar o futebol recreativo de uma a duas horas; 28,6% relataram realizar essa prática em até uma hora; 21,4% por menos de uma hora e, apenas 14,3% relataram praticar o futebol por mais de duas horas.

Analisando esses dados, é possível notar que o resultado mais destoante do verificado no gráfico 4, é o da opção “por mais de duas horas”. Desse modo, podemos observar que de um total de 50%, somente 14,3% dos jovens mantiveram a mesma carga horária de prática durante a pandemia. É importante ressaltar que os dados colhidos neste gráfico se referem ao tempo de duração do futebol recreativo durante a pandemia.

7 DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi identificar como é realizada a prática do futebol recreativo por jovens da cidade de Tocantinópolis antes e durante a pandemia. Para verificação da realização da prática enfatizou-se a análise da frequência e duração, como dois dos componentes da carga de treinamento.

Com o intuito de coletar dados acerca dessa problemática, elaboramos um questionário específico para esta pesquisa. As questões elencadas estão relacionadas ao tempo de prática, a frequência semanal e também a duração dessa prática, a falta de estímulo, lesões e o pensamento de abandono. Com base nos resultados, verificamos que houve alteração no comportamento dos participantes em torno da frequência e tempo de duração e, que a maioria dos jovens se sentiram desestimulados para a prática.

Os jovens futebolistas participantes do presente estudo apresentam idade média de $23,21 \pm 3,79$ anos e um tempo médio de prática de futebol recreativo ($n=10$) de $12,11 \pm 5,35$ anos. Analisando as respostas, foi possível perceber que começaram a praticar o futebol na infância ou adolescência, somando assim, um tempo significativo. Ao pesquisar artigos relacionados ao futebol recreativo, observamos que estudos como os de De Souza; Mendonça e Pinto (2020), Souza (2020), Serra (2013) e Paim (2001), realizaram suas pesquisas com crianças, adolescentes, jovens e adultos que apresentaram idade entre 20 a 45 anos, 18 a 31, 8 a 12 anos e 12 a 17 anos respectivamente. Para além desses, há estudos como o de Dos Santos Costa (2021), que foi realizado com idosos, o que nos revela a amplitude pública alcançada por essa temática, evidenciando a relevância para indivíduos de todas as idades. Nota-se também que diferentemente do nosso estudo, os demais aqui citados não especificaram o tempo de prática de seus participantes.

No tocante a frequência semanal da prática, antes e durante do período pandêmico, verificamos que 57,1 % dos jovens futebolistas, antes da pandemia, relataram praticar o futebol recreativo de três a mais vezes na semana e 42,9 % praticavam de uma a três vezes. Durante o período pandêmico esses resultados sofreram alterações, revelando uma mudança no comportamento dos jovens futebolistas. Na pandemia, 64,3% deles passaram a praticar futebol recreativo de uma a três vezes na semana e, apenas 35,7% praticam futebol de três a mais vezes por semana.

Essa queda na frequência semanal de três a mais vezes, provavelmente ocorreu devido às medidas restritivas estabelecidas a fim de evitar a propagação da Covid-19. Em seu trabalho

Costa e Langoski (2020) discutem sobre o direito de ir e vir dos cidadãos nesse período pandêmico, frisando que esse direito deixa de ser absoluto, uma vez que, o direito à saúde possui preferência pela preservação da vida. Desse modo, interdições a ambientes públicos como quadras e campos de futebol, capazes de gerar aglomerações e permitir interações entre pessoas acabaram sendo acatadas por vários municípios.

Serra (2013), Oliveira (2018) e Lima (2020) realizaram estudos em torno dos benefícios físicos e fisiológicos advindos da prática do futebol recreativo. Todos exploraram a frequência semanal e o tempo de duração dessa prática. O programa de intervenção de Serra (2013), estabeleceu a prática quatro vezes por semana, com duração de 60 a 90 minutos para o programa de futebol, e no grupo controle duas vezes na semana, com duração de 45 a 90 minutos. Já Oliveira (2018) relata sobre a prática do futebol recreativo duas vezes por semana, com duração de 60 minutos cada sessão e Lima (2020), optou por trabalhar a prática semanal de uma a duas vezes, por 60 minutos. É importante ressaltar que os três estudos antecedem ao período pandêmico e apontaram resultados significativos acerca dos benefícios para a composição corporal e aptidão física.

No que se refere ao tempo de duração da prática de futebol recreativo antes da pandemia, o presente estudo mostra que, 50% dos jovens futebolistas relataram realizar essa prática de uma a duas horas e, outros 50% alegaram praticar por mais de duas horas. No entanto, quando abordamos a duração no período pandêmico, notamos uma alteração significativa comparada ao resultado adquirido anteriormente (gráfico 4). No atual período, 35,7% dos jovens futebolistas relataram praticar o futebol recreativo de uma a duas horas, 28,6% relataram realizar essa prática em até uma hora, 21,4% por menos de uma hora e, apenas 14,3% relataram praticar o futebol por mais de duas horas. Contudo, é observável que a carga utilizada pelos jovens futebolistas deste estudo se distingue dos estudos citados acima, além disso, os estudos citados antecedem a pandemia.

Quando nos referimos às ocorrências ligadas ao período pandêmico (gráfico 3), verificamos que 71,4% dos jovens futebolistas que fizeram parte do estudo selecionaram a opção que relata a falta de estímulo para a prática do futebol recreativo. 35,7% dos jovens, relataram sobre a pretensão de abandonar a prática, e isto pode estar ligado diretamente à falta de estímulo, uma vez que, o indivíduo já não apresenta desejo ou sente prazer em jogar futebol. E ainda, 21,4% dos participantes relataram ter sofrido lesão em decorrência da prática do futebol recreativo e, apenas 14,3% afirmaram não vivenciar nenhuma das opções elencadas.

A queda na frequência semanal e a alteração no tempo de duração do futebol recreativo durante a pandemia, mesmo com os períodos de flexibilização, pode justificar-se pela ansiedade e sentimento de medo ao refletir sobre a possibilidade de contrair o vírus. Logo, estas questões elencadas se interligam também ao sentimento de desestímulo para a prática, uma vez que o esporte se caracteriza pelo contato, não havendo possibilidade de manter distanciamento entre participantes.

Quando intensificada, essa falta de estímulo pode levar o jovem a adotar um comportamento mais sedentário. O período de uso de equipamentos eletrônicos se intensificou durante a pandemia, principalmente em telas de celulares e computadores (PAIVA *et al.* 2021).

Segundo De Souza (2020), o principal agente motivador para a prática do futebol, refere-se à saúde e ao fitness. Concluindo assim, que os indivíduos buscam na prática do futebol amador melhorar a condição física e a prevenção de doenças, não permitindo que a aparência influencie na busca pela prática desportiva. Dessa forma, entendemos que a busca por um corpo saudável, assim como a socialização, diversão e o prazer, são alguns dos motivos pelos quais jovens e adultos se sentem estimulados a praticarem o futebol. Já em uma pesquisa realizada com adolescentes de 12 a 17 anos, concluiu-se que a prática está relacionada à competência desportiva e à saúde (PAIM, 2001).

No tocante às práticas futebolísticas e o que envolve os participantes desta durante a pandemia encontramos estudos enfatizando diferentes fatores e agentes envolvidos. Dos Santos Amaral *et al.* (2020) apontaram que 75% (n=12) das atletas continuaram praticando exercícios físicos durante a pandemia, sendo a musculação e corrida as atividades mais praticadas. Martinez (2021) demonstrou que o período pandêmico gerou impactos nos dirigentes, na comissão técnica e nos atletas do clube, relacionados aos aspectos motivacionais, sociais e financeiros. Concluindo que as alterações causaram consequências que ainda não podem ser medidas.

Segundo Moura *et al.* (2020) o desporto é apenas um dos domínios da sociedade altamente afetados pela pandemia e cabe a todas as pessoas de alguma maneira envolvidas nesta área trazer de volta o desporto como o conhecemos, restaurando progressivamente a vitalidade de todas as modalidades e seus principais eventos.

Apesar de termos alcançado o objetivo do nosso estudo, verificamos algumas limitações como: não conceder um espaço para os jovens futebolistas expressarem outras ocorrências ligadas a prática do futebol recreativo durante a pandemia; a falta de artigos atuais relacionados

a essa temática, para melhores discussões e inferências; o fato da aplicação de questionários de forma remota estar sendo amplamente realizada, a mais de um ano, podendo refletir uma menor adesão para participação do estudo.

Sugerimos que sejam realizados mais estudos nesta temática e para futuros estudos sugere-se que seja elaborado um questionário com questões mais detalhadas e aprofundadas, abordando o local em que a prática é realizada e disponibilizando um espaço para os jovens futebolistas expressarem outras ocorrências ligadas à prática do futebol recreativo durante a pandemia. São necessários mais estudos abordando esse tema e trabalhando as variáveis utilizadas e, estudos com outras modalidades esportivas com atletas jovens.

Através deste estudo pretendemos beneficiar a comunidade local e circunvizinhas, uma vez que, esse tema ainda é pouco conhecido e discutido pode ser explorado na região por profissionais da área de educação física.

CONCLUSÃO

Face ao objetivo proposto de identificar como é realizada a prática do futebol recreativo por jovens da cidade de Tocantinópolis antes e durante a pandemia. Podemos verificar que a frequência e a duração sofreram alterações significativas.

Os dados obtidos nos mostram que durante o período pandêmico 64,3% dos jovens futebolistas passaram a realizar o futebol recreativo por um menor número de vezes na semana e com menor tempo de duração (<2 hrs). No atual período, os jovens praticantes de futebol recreativo também se mostraram desestimulados para a prática, afetando diretamente a execução da mesma. Com isso podemos afirmar que a pandemia da Covid-19 afetou a prática do futebol recreativo por jovens na cidade de Tocantinópolis-TO.

REFERÊNCIAS

- ADAMS, Jeremy; KIRKBY, Robert J. Exercise dependence: A review of its manifestation, theory and measurement. **Research in Sports Medicine: An International Journal**, v. 8, n. 3, p. 265-276, 1998.
- BAHR, R.; *et al.* Epidemiologia e prevenção das lesões desportivas. In Kjaer, M., Krogsgaard, M., Magnusson, P., 2003.
- BELECHRI, M.; *et al.* Sports injuries among children in six European union countries. **European journal of epidemiology**, v. 17, n. 11, p. 1005-1012, 2001.
- COSTA, G; LANGOSKI, D. T. A PANDEMIA DE COVID-19: O DIREITO DE IR E VIR VERSUS O DIREITO À SAÚDE. **Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 12, n. 2, 2020.
- DE OLIVEIRA, José Miguel Rodrigues. O efeito de um programa de futebol recreativo de 12 semanas na aptidão física de crianças com excesso de peso e obesidade. 2018.
- DE PAIVA MARQUES, Ana Carina; ROSADO, António Fernando Boletto. Situações estressantes nos atletas de basquetebol de alta competição. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 1, p. 71-87, 2005.
- DE SOUZA, Alex Rodrigues *et al.* MOTIVAÇÃO À PRÁTICA DE FUTEBOL: praticantes amadores da modalidade. **Revista Científica UNIFAGOC-Multidisciplinar**, v. 4, n. 2, 2020.
- DE SOUZA, Marco José Mendonça; MENDONÇA, Eliana Da Silva Coelho; PINTO, Ricardo Figueredo. FUTEBOL RECREACIONAL E SUAS LESÕES OCORRIDAS NA ARTICULAÇÃO DO JOELHO OCORRIDAS NO MUNICÍPIO DE SANTARÉM-PA. **GPs-Grupo Publicações**, p. 78.
- DOS SANTOS AMARAL, Igor; DE MATTOS, Maria Eduarda Teles; DE ROSSO KRUG, Rodrigo. Prática de exercícios físicos de atletas de futsal durante a pandemia da covid 19. **Seminário de Pesquisa em Educação Física**, n. 13, 2020.
- DOS SANTOS COSTA, André *et al.* Efeito de 12 semanas do futebol recreativo na densidade mineral óssea e na sarcopenia em idosos: um ensaio clínico randomizado. **Journal of Physical Education**, v. 32, n. 1, 2021.
- FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE MEDICINA ESPORTIVA. Treinamento físico excessivo em crianças e adolescentes. **Rev. Bras. Medicina do Esporte**, v. 3, n. 4, p. 122-124, 1997.
- FONG, Daniel Tik-Pui *et al.* A systematic review on ankle injury and ankle sprain in sports. **Sports medicine**, v. 37, n. 1, p. 73-94, 2007.
- DA FONSECA, João José Saraiva. **Apostila de metodologia da pesquisa científica**. João José Saraiva da Fonseca, 2002.
- FREITAS, Daniel Schimitz de; MIRANDA, Renato; BARA FILHO, Maurício. Marcadores psicológico, fisiológico e bioquímico para determinação dos efeitos da carga de treino e do overtraining. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, v. 11, n. 4, p. 457-65, 2009.

- HANSEN, Peter Riis et al. Cardiovascular effects of 3 months of football training in overweight children examined by comprehensive echocardiography: a pilot study. **Journal of sports sciences**, v. 31, n. 13, p. 1432-1440, 2013.
- HOSKINS, Wayne et al. Injury in rugby league. **Journal of Science and Medicine in Sport**, v. 9, n. 1-2, p. 46-56, 2006.
- LIMA, Dartel Ferrari *et al.* A prática de futebol recreativo no Brasil por adultos diabéticos e hipertensos. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 41, n. 1, p. 55-66, 2020.
- MARTINEZ, Victor Matheus Lopes. Impactos da pandemia da Covid-19 em um clube da segunda divisão gaúcha de futebol. **Praxia-Revista on-line de Educação Física da UEG**, v. 3, p. e2021004-e2021004, 2021.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>>. Acesso em: 16 de Nov. 2021.
- MOURA, Diogo Lino *et al.* **Pandemia COVID-19 e Impacto no Desporto**. 2020.
- OLIVEIRA, Thales Henrique Mól de. **Uma revisão da literatura sobre o futebol de rua relacionado a prática esportiva do futsal**. 2021.
- PAIM, Maria Cristina Chiemelo. Motivos que levam adolescentes a praticar o futebol. **Revista Digital**, v. 7, n. 43, 2001.
- PAIVA, Eny Dórea et al. Comportamento infantil durante o distanciamento social na pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021.
- PEDRETTI, Augusto. *et al.* O futebol recreativo como uma nova abordagem terapêutica para a obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 21, n. 2, p. 123-132, 2016.
- ROSSI, Camila Elizandra et al. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciencia & saude coletiva**, v. 24, p. 443-454, 2019.
- SERRA, Hugo Alexandre Bento. **O efeito de um programa recreativo de futebol na massa óssea e na aptidão física de crianças com excesso de peso**. 2013.
- SOUSA, Lucas Oliveira de. **Perfil dos praticantes de futebol society em Fortaleza**. 2020. Tese de Doutorado.
- THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Artmed Editora, 2009.
- TOMÁS, Rita; BRITO, João. O futebol recreativo na promoção da Atividade Física em todas as idades. **Revista Factores de Ris**.
- WEINTRAUB, Dana L. et al. Team sports for overweight children: The Stanford sports to prevent obesity randomized trial (SPORT). **Archives of pediatrics & adolescent medicine**, v. 162, n. 3, p. 232-237, 2008.

ZANGIROLAMI-RAIMUNDO, Juliana; ECHEIMBERG, J. de O.; LEONE, Claudio. Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal. **J Hum Growth Dev**, v. 28, n. 3, p. 356-60, 2018.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Questionário: FUTEBOL RECREATIVO: A PRÁTICA E OS PRINCIPAIS EFEITOS DELETÉRIOS DURANTE A PANDEMIA PARA JOVENS PRATICANTES DE NA CIDADE DE TOCANTINÓPOLIS- TO

Obrigado pelo seu aceite a participação da pesquisa.

Todos os dados informados serão apenas para fins de pesquisa, sem identificação nominal dos participantes.

Recomendamos que as respostas sejam realizadas, se possível, em um local livre de influência externa (barulhos excessivos, conversas).

Qualquer dúvida, em qualquer momento da pesquisa, será direcionada apenas ao pesquisador responsável, Aryadne Cristina de Carvalho Rocha. Fone: (63) 981269792

Dados gerais

Nome:

Idade:

Tempo de prática do futebol recreativo:

Antes da pandemia:

1 - Quantas vezes na semana praticava o futebol recreativo ?

a) de 1 a 3 vezes na semana

b) 3 ou mais

2 - Qual era o tempo de duração da prática do futebol recreativo durante a semana ?

a) Menos de uma hora

b) até uma hora

c) de 1 a 2 horas

d) Mais de duas horas

Durante a pandemia:

1 - Quantas vezes na semana pratica o futebol recreativo ?

a) de 1 a 3 vezes na semana

b) 3 ou mais

2 - Qual o tempo de duração da prática do futebol recreativo durante a semana ?

a) Menos de uma hora

b) até uma hora

c) de 1 a 2 horas

d) Mais de duas horas

3- Neste período com relação a prática do futebol recreativo você :

a) Teve lesões em decorrência da prática do futebol recreativo

b) Pensou em abandonar

c) Se sentiu desestimulado para a prática

d) Nenhuma das opções anteriores

APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido UFT

Convidamos o(a) Sr(a) a participar da Pesquisa FUTEBOL RECREATIVO: A PRÁTICA E OS PRINCIPAIS EFEITOS DELETÉRIOS DURANTE A PANDEMIA PARA JOVENS PRATICANTES NA CIDADE DE TOCANTINÓPOLIS- TO, sob a responsabilidade do pesquisador Aryadne Cristina de Carvalho Rocha, a qual pretende Identificar como é realizada a prática e quais os principais efeitos deletérios durante a pandemia para jovens praticantes de futebol recreativo na cidade de Tocantinópolis.

Sua participação é voluntária e se dará por meio de um questionário que será disponibilizado de forma online, este consiste em colher informações a respeito de como era realizada a pratica do futebol recreativo antes e durante a pandemia. Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento você não precisa realizá-lo.

Se você aceitar participar, estará contribuindo para maiores conhecimentos sobre quais foram os efeitos deleterios durante a pandemia para os jovens que praticam o futebol recreativo.

Os riscos decorrentes de sua participação na pesquisa são: possivel desconforto ao responder as questões elencadas. Em caso de exposição do participante, haverá todo um aparato, sendo repassado um valor x de idenização. Em qualquer momento, se você sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta pesquisa, você terá direito a indenização.

A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou perda de benefícios. Se depois de consentir em sua participação o Sr (a) desistir de continuar participando, tem o direito e a liberdade de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, seja antes ou depois da coleta dos dados, independente do motivo e sem nenhum prejuízo a sua pessoa. O (a) Sr (a) não terá nenhuma despesa e também não receberá nenhuma remuneração. Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade não será divulgada, sendo guardada em sigilo. Para obtenção de qualquer tipo de informação sobre os seus dados, esclarecimentos, ou críticas, em qualquer fase do estudo, o (a) Sr (a) poderá entrar em contato com o pesquisador responsável no endereço Rua 06 – s/nº Vila Santa Rita | 77900-000 | Tocantinópolis/TO, ou pelo telefone (83) 988121624. Em caso de dúvidas ou desavença com o pesquisador o(a) Sr (a) pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Tocantins (CEP-UFT: Quadra 109 Norte, Avenida NS 15, ALCNO 14, Plano Diretor Norte, Campus Universitário de Palmas, Prédio do Almoxarifado, CEP: 77.001-090 em Palmas TO), telefone 63 3232-8023, de segunda a sexta-feira no horário comercial (exceto feriados).

Eu, _____, fui informado sobre o que o pesquisador quer fazer e porque precisa da minha colaboração, e entendi a explicação. Por isso, eu concordo em participar do projeto, sabendo que não receberei nenhum tipo de compensação financeira pela minha participação neste estudo e que posso sair quando quiser. Também sei que caso existam gastos adicionais, estes serão absorvidos pelo orçamento da pesquisa. Este documento é emitido em duas vias que serão ambas assinadas por mim e pelo pesquisador, ficando uma via com cada um de nós. Reclamações e/ou insatisfações relacionadas à participação na pesquisa devem ser comunicadas por escrito à Secretaria do CEP/UFT, desde que os reclamantes se identifiquem, sendo que o seu nome será mantido em anonimato.

Data: ____/____/____

Assinatura do participante

Assinatura do coordenador do projeto

ANEXOS