UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE DE RIBEIRÃO PRETO

VÍTOR RICCI COSTA

O encerramento da carreira esportiva na Ginástica Artística Feminina do Brasil

Ribeirão Preto
2018

VÍTOR RICCI COSTA

O encerramento da carreira esportiva na Ginástica Artística Feminina do Brasil

Versão Corrigida

(Versão original encontra-se disponível na unidade que
aloja o Programa de Pós-Graduação)

Dissertação apresentada a Escola de Educação Física e Esporte
de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, para obtenção
do título de mestre em Ciências; Programa de Pós-Graduação
Educação Física e Esporte

Área de Concentração: Atividade Física e Esporte

Orientadora: Profa. Dra. Myrian Nunomura

Ribeirão Preto

2018

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte

Costa, Vítor Ricci

O encerramento da carreira esportiva na Ginástica Artística Feminina do Brasil. Ribeirão Preto, 2018.

120. f. : il.; 30 cm.

Dissertação de Mestrado, apresentada a Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EEFERP/USP).

Área de Concentração: Atividade Física e Esporte.

Orientadora: Nunomura, Myrian

Versão Original

1. Ginástica Artística Feminina. 2. Carreira Esportiva. 3. Motivação. 4. Esporte de Alto Rendimento

neio

Nome: COSTA, Vitor Ricci

Título: O encerramento da carreira esportiva na Ginástica Artística Feminina do Brasil

Dissertação apresentada a Escola de Educação Física e Esporte de
Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo para obtenção do título
de Mestre em Ciências.

Aprovado em:

Banca Examinadora

Prof. Dr. Mauricio dos Santos de Oliveira

Instituição: Universidade Federal do Espírito Santo – Centro de Educação Física e Desportos

Julgamento: P/

Profa. Dra. Taurita Marconi Schiavon

Instituição: Universidade Estadual de Campinas – Faculdade de Educação Física

Julgamento: P/

Profa. Dra. Maria Cláudia Brandão Pinheiro

Instituição: Instituto Universitário da Maia

Julgamento: P/

DEDICATÓRIA

A minha Família e à Prof.^a Dr.^a
Myrian Nunomura pelo apoio
incondicional ao longo dessa
jornada

AGRADECIMENTOS

A Deus, por sua infinita bondade, misericórdia e por me guiar na batalha para alcançar meus objetivos.

Aos meus pais, Solange e Sebastião, por me proporcionarem as melhores condições para alcançar essa meta.

A minha irmã, Livia, por todas as conversas, pelo apoio, pelas traduções e por sempre estar ao meu lado nos momentos mais importantes da minha vida.

A meu sobrinho, João Bruno, por trazer mais alegria a minha vida e por me motivar a me tornar uma pessoa melhor.

A minha orientadora, Prof.^a Dr.^a Myrian Nunomura, expresso minha eterna gratidão e admiração. Agradeço a paciência, a compreensão, a amizade e o apoio nos momentos mais difíceis. É uma honra poder trilhar meu caminho no campo acadêmico ao lado de uma pessoa sensacional como essa.

Ao Prof. Dr. Maurício dos Santos Oliveira, pela amizade, apoio e contribuição significativa na minha formação acadêmica.

À Prof.^a Dr.^a Laurita Marconi Schiavon, pelas contribuições no exame de qualificação e por ser um referencial muito importante nesse trabalho.

À Prof.^a Dr.^a Maria Claudia Pinheiro, pela disponibilidade e pela valiosa contribuição nesse estudo.

Aos amigos que, direta ou indiretamente, me apoiaram nessa jornada. Em especial, à Caroline Molinari, que foi a grande parceira nessa caminhada. A troca de experiência e a amizade estabelecida foram recompensas valiosas desse processo.

Às ginastas participantes desse estudo, pela disponibilidade e atenção.

A meus anjos da guarda, tia Sonia e tio João. Queria muito que estivessem aqui nos últimos anos para compartilhar tudo o que vivi, mas sei que onde quer que estejam guiam e iluminam meu caminho.

“To live, to love, to learn, to leave a legacy” (Covey et al., 1994)

RESUMO

COSTA, V. R. O encerramento da carreira esportiva na Ginástica Artística Feminina do Brasil. 2018. 120 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2018.

A formação de um atleta de alto rendimento exige anos de trabalho. O caminho para o sucesso é longo e os atletas dedicam parte de suas vidas integralmente ao esporte. Esse é um dos motivos do encerramento da carreira esportiva ser permeado de incertezas e com sentimentos positivos e negativos aflorados. Na Ginástica Artística Feminina (GAF) esse contexto pode ser acentuado, pois a formação esportiva leva em média 10 anos. E, para chegar ao ápice inicia-se o treinamento especializado cedo e a carreira esportiva costuma terminar na adolescência. Compreender esse processo é essencial para repensar fatores que contribuiriam no desenvolvimento das ginastas. Assim, este estudo analisou a carreira esportiva de 7 Ex-ginastas brasileiras, que encerraram a trajetória atlética antes dos 20 anos de idade, com intuito de identificar potenciais fatores que contribuíram para sua aposentadoria. Para obtenção dos dados realizamos entrevistas semiestruturadas. E, para o tratamento dos dados recorremos à técnica de Análise de Conteúdo (BARDIN, 2010). Identificamos três temas e suas respectivas categorias que representam etapas importantes da carreira esportiva das ginastas: Motivação para o início da prática de Ginástica Artística (GA); Motivação para permanência na GAF; Encerramento da carreira esportiva. Na iniciação esportiva das atletas encontramos indícios tanto da motivação intrínseca, quanto da motivação extrínseca. Entretanto, identificamos que as ginastas apresentaram maior influência extrínseca, principalmente, advinda dos pais. Na ascensão ao alto rendimento da GAF a influência extrínseca do treinador e da família e a meta de participar dos Jogos Olímpicos (JO) foram fatores preponderantes para permanência na modalidade. Por outro lado, não desconsideramos a importância dos fatores intrínsecos, como o “amor” pela modalidade, que é fundamental para as ginastas se manterem engajadas na GAF. Analisamos o comportamento da motivação ao longo da carreira das ginastas e encontramos as implicações desse processo no encerramento da trajetória atlética. Identificamos que não há aspectos isolados que determinam a aposentadoria das ginastas, mas sim a interação de fatores. Ainda, analisamos as adaptações e dificuldades nesse momento de transição e evidenciamos a falta de planejamento no encerramento da carreira esportiva. Nossos resultados evidenciam que não há momento ideal para o encerramento da carreira esportiva na GAF, pois as circunstâncias definem esse momento. Mas, as ginastas devem ser orientadas que a carreira esportiva é efêmera e que qualquer fato pode por fim inesperado na vida esportiva. Ressaltamos que as atletas devem ser preparadas e estarem prontas para esse momento.

Palavras Chave: Ginástica Artística Feminina. Carreira Esportiva. Motivação. Esporte de alto rendimento.

ABSTRACT

COSTA, V. R. **Retirement in Women's Artistic Gymnastics in Brazil**. 2018. 120 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) –Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2018.

The high performance athlete's development requires intense work. The road to success is long and athletes integrally dedicate part of their lives to the sport. That is why sport retirement can be traumatic in some cases. This frame can be acute in Women's Artistic Gymnastics (WAG), because athlete's development takes in average 10 years, the specialized training starts early to reach the top and the sport career usually end in adolescence. Understanding this process is essential to rethink the athlete's development. Therefore, this study analyzed 7 Brazilians ex-gymnasts' sport career, who retired from WAG before 20 years old, and it identified factors that contributed to their retirement. We apply a semi-structured interview to collect the data and the technique of "Content Analysis" (BARDIN, 2010) to treat it. We identified three themes and their respective categories that represent important stages of gymnasts' sport career: motivation for the beginning in Artistic Gymnastics' (AG) practice; Motivation to remain in WAG; Retirement in WAG. We find intrinsic and extrinsic motivation evidences in athletic initiation. However, we identified more extrinsic influence, mainly by the parents. In the rise of high performance WAG the extrinsic influence by the coaches and the family and the goal to participate of the Olympic Games (OG) were preponderant factors. On the other hand, intrinsic factors, such as "love" for WAG, are fundamental to the gymnasts' engagement in the sport. We analyzed the motivation's behavior throughout the gymnasts' career and we found this process implication in sport career's end. We found out that there is no isolated aspect in the gymnasts' retirement, but the interaction of factors. Furthermore, we analyzed the adaptations and the difficulties in this transition moment and we observed that the lack of planning in the gymnasts' sport career's end. Our results show that there is no perfect moment for the retirement in WAG, because the circumstances define this moment. However, gymnasts should be advised that the sports career is not eternal and that any fact can unexpectedly end the sport life. More importantly, they must be prepared and ready for this moment.

Key words: Women's Artistic Gymnastics. Sport career. Motivation. High performance sport.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1- Número de participantes de campeonatos brasileiros de GAF (SCHIAVON, 2009, p. 52)	34
Quadro 2 - Média de idade das ginastas participantes dos JO de 1952 a 2016 (FIG, 2016)	41
Quadro 3 - Tema: Motivação para o início da prática de GA	46
Quadro 4 - Tema: Motivação para permanência na GAF	46
Quadro 5 - Tema: Encerramento da carreira esportiva na GAF	47
Quadro 6 - Influência dos pais	48
Quadro 7 - Características da prática	50
Quadro 8 - Prazer pela prática	52
Quadro 9 - Relação com o(s) treinador(es)	53
Quadro 10 - Influência da Equipe	58
Quadro 11 - Influência dos pais	61
Quadro 12 - Recompensas Materiais	65
Quadro 13 - Jogos Olímpicos (JO)	68
Quadro 14 - “Amor” pela GAF	72
Quadro 15 - Auto realização	73
Quadro 16 - Dor e lesões	75
Quadro 17 - Esgotamento Psicológico	80
Quadro 18 - Objetivo alcançado	84
Quadro 19 - Chegada da vida adulta	87
Quadro 20 - Renovação da equipe	90
Quadro 21 - Adaptações e planejamento no final da carreira esportiva na GAF	92
Quadro 22 - Vida Pós-GAF	96

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Dados demográficos das participantes	45
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CBG	Confederação Brasileira de Ginástica
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
CM	Campeonato Mundial
COB	Comitê Olímpico Brasileiro
CP	Código de Pontuação
EEFERP	Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão
FIG	Federação Internacional de Ginástica Artística
GA	Ginástica Artística
GAF	Ginástica Artística Feminina
GAM	Ginástica Artística Masculina
GEPESPE	Grupo de Estudo em Aspectos Pedagógicos e Socioculturais do Esporte
JO	Jogos Olímpicos
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
USP	Universidade de São Paulo

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	13
2. OBJETIVO	16
2.1 Geral.....	16
2.2 Específico.....	16
3. JUSTIFICATIVA	17
4. REFERENCIAL TEÓRICO	18
4.1 Características da GAF	18
4.2 A idade competitiva na GAF: Implicações na carreira esportiva das ginastas	21
4.3 A visão negativa da literatura sobre a GAF	24
4.4 A regra da “Idade Mínima”	27
4.5 Longevidade na carreira esportiva	28
4.6 Contexto da GAF do Brasil nos últimos 4 ciclos olímpicos	29
4.7 Estruturação do constructo teórico: definição e teorias de Motivação	35
4.8 Motivação e GA.....	37
5. MÉTODO	41
5.1 Participantes.....	41
4.2 Aspectos Éticos da Pesquisa	42
4.3 Coleta dos dados	43
4.4 Análise de dados	43
5. RESULTADOS	45
6. DISCUSSÃO	48
6.1 Tema: Motivação para o início da prática de GA	48
6.2 Tema: Motivação para permanência na GAF	53
6.3 Tema: Encerramento da carreira esportiva na GAF	75
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	103
REFERÊNCIAS	108
APÊNDICES	116
ANEXOS	120

1. INTRODUÇÃO

Tive a oportunidade de conhecer a Ginástica Artística (GA) na infância, quando pude praticá-la no contexto recreacional, em um Projeto de Esportes. Movido pela paixão pelo Esporte ingressei na Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo (EEFERP-USP), onde tive o privilégio de conhecer a Prof.^a Dr.^a Myrian e aprofundar os conhecimentos na GA.

Meu primeiro contato com a modalidade no campo acadêmico foi durante o desenvolvimento do projeto de Iniciação Científica intitulado “A Motivação para o Início da Prática de GA”. A experiência foi muito gratificante e me instigou a continuar na construção do conhecimento nesse campo.

Ainda na graduação, tive a oportunidade de acompanhar a Prof.^a Dr.^a Myrian Nunomura no desenvolvimento do projeto “Coming of age: towards best practices in Women’s Artistic Gymnastics”. O estudo, que iniciou-se em 2013 e está em andamento, com alguns desdobramentos (KERR et al., 2015, 2017; BARKER-RUCHTI et al., 2016), explorou os fatores que levaram ao prolongamento da carreira esportiva na Ginástica Artística Feminina (GAF) de alto rendimento. Pude transcrever as entrevistas realizadas no Brasil e o contato com esse material despertou meu interesse em aprofundar os estudos acerca da carreira esportiva na GAF no país.

A partir das diversas conversas com minha orientadora e com os colegas do Grupo de Estudos em Aspectos Pedagógicos e Socioculturais do Esporte (GEPESPE-RP), surgiu a ideia de investigar a carreira esportiva das ginastas brasileiras que encerraram a participação na GAF antes dos 20 anos de idade.

A ideia apoia-se no fato de ginastas na GAF iniciarem o treinamento especializado cedo, em que são submetidas a treinos muito intensos durante a infância e, geralmente, atingem o pico de desempenho antes da fase adulta ou de atingirem a maturidade. Dessa forma, geralmente, na GAF a carreira esportiva começa e termina cedo. Assim, é comum as ginastas iniciarem e terminarem a carreira esportiva jovens, por vezes, ainda na adolescência.

Quanto ao fato de começar cedo o treinamento especializado, a literatura aponta vantagens do ponto de vista biológico. A infância pode ser considerada o período ideal para iniciar o processo de aprendizagem de habilidades complexas e para desenvolver a flexibilidade e as capacidades coordenativas, além das vantagens biomecânicas associadas às proporções corporais menores (ARKAEV; SUCHILIN, 2004).

Além disso, no caso da GA a infância permite maior controle dos treinadores, pois se acredita que as jovens ginastas se tornam submissas, dependentes, obedientes e ainda com pouca capacidade argumentativa e de decisão (PILOTTO, 2010; BARKER-RUCHTI; TINNING, 2010; BARKER-RUCHTI, 2011).

Nunomura, Carrara e Tsukamoto (2010) afirmam que não há consenso sobre a idade ideal para iniciar a prática e a especialização na GAF, entretanto, há relatos de treinadores que afirmam que as crianças deveriam iniciar a prática da modalidade entre 5-7 anos de idade e iniciar o treinamento especializado entre 6-7 anos e não mais que 9-10 anos. Os autores evidenciam a especialização precoce, que acontece quando etapas do processo de formação esportiva são antecipadas, desconsideradas ou aceleradas (BOMPA, 2000; MACHADO, 2008).

Entretanto, há uma série de consequências associadas ao início precoce do treinamento especializado intenso e a imaturidade de crianças e jovens na GAF. Estudos identificaram problemas de saúde, abuso decorrente das relações autoritárias entre atleta-treinador e consequências associadas ao encerramento precoce da carreira esportiva (LAVALLEE; ROBINSON, 2007; PINHEIRO et al., 2014; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

Apesar da GAF impressionar pela beleza e perfeição na execução dos elementos, podemos identificar que o fato do início precoce no treinamento poderia repercutir negativamente na carreira esportiva de jovens ginastas. Ainda, a associação entre a juventude e a fragilidade de algumas ginastas poderia criar uma visão negativa do esporte perante o público.

Em corroboração ao cenário apresentado, a transição da puberdade é vista como um período crítico para a carreira esportiva na GAF, pois há mudanças corporais e psicológicas que poderiam prejudicar o desempenho e, ainda, acredita-se que depois das ginastas dedicarem anos da infância e da juventude chega o momento em que elas não suportam mais as demandas da modalidade (RYAN, 1995; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

Acreditamos que a carreira de todo atleta de alto rendimento envolve anos de dedicação integral, trabalho intenso, sacrifícios, e que nem tudo são “mil maravilhas”. Partimos do pressuposto de que haja fatores que integrariam o complexo processo da carreira esportiva, tanto positivos quanto negativos e que estes implicam também nas experiências no encerramento da carreira das ginastas (KERR; DACYSHIN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012).

A investigação sobre o encerramento da carreira esportiva na GAF poderá trazer à tona a gênese do problema e possíveis direcionamentos para tentar amenizar a visão negativa que

se estabeleceu a partir do ingresso de crianças no sistema intensivo de treinamento e rendimento precoce.

A partir desse cenário, entender como se comporta a motivação das ginastas ao longo da trajetória esportiva até a aposentadoria, também parece uma questão pertinente para essa investigação.

2. OBJETIVO

2.1 Geral

Descrever e analisar a carreira esportiva de ginastas brasileiras que encerraram a trajetória na GAF antes dos 20 anos de idade.

2.2 Específico

Identificar ao longo da trajetória esportiva das ginastas como se comportou a motivação para treinar e competir até culminar com o término da carreira. Abordaremos três momentos específicos da carreira das ginastas:

- Motivação para o início da prática de GA;
- Motivação para permanência na GAF;
- Encerramento da carreira esportiva na GAF.

3. JUSTIFICATIVA

Analisar a carreira esportiva de um atleta de elite é uma tarefa desafiadora, tendo em vista a complexidade das diversas variáveis intervenientes nesse processo.

Entretanto, essa análise poderia facilitar a compreensão não apenas de métodos, práticas e procedimentos que acontecem nas modalidades esportivas, mas permitiria uma visão holística de como o Esporte é praticado e orientado.

No Brasil, poucas publicações tratam do encerramento da carreira esportiva das ginastas e, justamente, o presente estudo propõe-se a preencher essa lacuna.

Assim, poderemos identificar fragilidades na carreira das ginastas brasileiras que impactariam no encerramento da carreira esportiva. A partir disso, pretendemos apontar caminhos para repensar esses pontos à luz da Pedagogia do Esporte e revelar que esse processo deve ser encarado de maneira natural e não destrutiva.

Nossa proposta é discutir como as práticas na GAF poderiam ser abordadas para ir além do foco unidirecionado nos resultados e contribuir no desenvolvimento pleno do atleta, de uma maneira mais saudável, que favoreceria a qualidade de vida das atletas.

Destacamos a atualidade e a importância dessa temática quando nos deparamos com o caso de Lary Nassar, ex-médico da Federação de Ginástica dos Estados Unidos e foi acusado de abuso sexual por mais de 150 ginastas norte americanas.

No universo da GAF práticas e normas são aceitas e assumidas pelos envolvidos como verdades absolutas. Entretanto, ponderamos que as culturas esportivas podem ser questionadas e alteradas, particularmente, quando a saúde e a formação pessoal dos atletas estão em jogo.

Refletir e dar significado às práticas adotadas na GAF é essencial para proporcionar experiências positivas que favoreçam as protagonistas do esporte.

4. REFERENCIAL TEÓRICO

4.1 Características da GAF

No presente estudo, focaremos a GA competitiva. Nesse caso, a modalidade é dividida em GAF e Ginástica Artística Masculina (GAM).

Os homens participam em Jogos Olímpicos (JO) desde a primeira edição moderna em 1896, em Atenas. No caso das mulheres, a participação em JO começa em 1928, em Amsterdã, e apenas em disputas por equipe (PÚBLIO, 1998).

A Federação Internacional de Ginástica (FIG) é a entidade que regulamenta as Ginásticas Competitivas, então, a GA. Ela foi fundada em 1881 e, desde então, organiza e coordena os esportes ginásticos.

Atualmente, o formato das competições da GAF é composto pela apresentação de séries de exercícios em quatro provas oficiais: salto sobre a mesa, paralelas assimétricas, trave de equilíbrio e solo.

O Código de Pontuação (CP) elaborado pelo Comitê Técnico da FIG orienta a competição na modalidade. Esse instrumento é atualizado a cada ciclo Olímpico e, segundo a FIG (2017), é desenvolvido para atender aos seguintes propósitos: fornecer padrões objetivos para avaliar as ginastas em todos os níveis de competição (regional, nacional e internacional); padronizar o julgamento nas competições oficiais regulamentadas pela entidade; assegurar que a melhor ginasta vencerá a competição; nortear ginastas e treinadores na composição da série de exercícios; fornecer informações técnicas e regulamentos importantes para árbitros, ginastas e treinadores (FIG, 2017).

Por determinação do CP as ginastas são avaliadas por uma banca composta por nove árbitros em Campeonatos Mundiais (CM) e JO (FIG, 2017). Dois árbitros são responsáveis pela nota de dificuldade, cinco árbitros avaliam a nota de execução e dois árbitros ficam encarregados de analisar se o elemento foi considerado ou não com base no valor de penalização (FIG, 2017)

Há a avaliação da dificuldade de elementos acrobáticos e ginásticos e há penalização por falhas técnicas na execução dos elementos (FIG, 2017). Os árbitros avaliam também a estética dos movimentos pela observação da forma do corpo, amplitude e dinâmica dos movimentos (FIG, 2017). O componente artístico é julgado por meio de análise da coreografia, expressão e musicalidade (FIG, 2017).

No ano de 2006, após o ciclo olímpico de Atenas, o símbolo de perfeição, a nota 10, foi extinto. Há muito tempo questionavam se era possível o ginasta atingir a perfeição, pelo

fato de muitas notas 10 serem distribuídas e, dessa forma, não havia justiça na premiação. Entretanto, o que culminou na abolição da nota 10 foram os escândalos em relação à arbitragem e o julgamento nos JO de 2004 (KERR; OBEL, 2014).

A nova proposta de julgamento, que vigora atualmente, não estipula um limite máximo de pontuação. Esse sistema aberto atribui ao desempenho dos ginastas pontuação por dificuldade e execução (FIG, 2017).

Valores numéricos específicos foram atribuídos para pontuar os exercícios realizados pelas ginastas, com base nesses valores são considerados os oito elementos de maior dificuldade da série, desses oito, no máximo cinco podem ser elementos acrobáticos e no mínimo três devem ser elementos ginásticos, as ligações dos elementos também são contabilizadas para calcular a nota de dificuldade das ginastas (FIG, 2017). A nota de execução parte de 10 e as falhas de execução dos elementos e na apresentação artística são deduzidas a partir desse valor (FIG, 2017).

Pode-se afirmar que esse novo sistema encorajou as ginastas a executarem mais dificuldade, pois não há limite para esse parâmetro, entretanto, as falhas passaram a ser mais penalizadas (KERR; OBEL, 2014).

No julgamento da nota de dificuldade, destaca-se que a partir de 2006 a tecnologia começou a auxiliar os árbitros. De acordo com o CP de 2006, o recurso de vídeo poderia ser acessado após a apresentação das ginastas para que os árbitros se certificassem de que realizaram o julgamento correto. A partir de 2011, os árbitros só podem acessar o vídeo se os treinadores contestarem a nota de dificuldade. Segundo Kerr e Obel (2014), essa mudança foi feita para evitar o uso abusivo do recurso, que poderia atrasar o cronograma das competições.

Ao analisar esse cenário, destacamos que as regras estipuladas pelo CP e as características da GAF serão determinantes para o treinamento e para toda a trajetória esportiva das ginastas. A necessidade de associar a dificuldade, o componente estético e o artístico, visa à perfeição e, para tentar alcançá-la, é preciso tempo e muitas repetições.

A complexidade e a exigência técnica para desenvolver elementos acrobáticos e ginásticos atreladas aos requisitos físicos e psicológicos, como, flexibilidade, força, coordenação, coragem, superação, motivação, entre outros, exigem treinamento intenso ao longo de muitos anos (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, 1998; ARKAEV; SUCHLIN, 2004; NUNOMURA; PIRES; CARRARA, 2009; SCHIAVON et al., 2011).

Conforme dito anteriormente, não basta executar elementos com alto grau de dificuldade que exijam prioritariamente força e potência, mas, o componente estético e artístico exige que as ginastas desenvolvam também habilidades expressivas. Dessa forma,

exercícios para aprimorar a coreografia e o ballet são incorporados na formação das atletas, pois contribuem na postura, leveza, expressão corporal, correção de movimentos e feminilidade (NUNOMURA; PIRES; CARRARA, 2009).

Ao analisar essas características da GAF, identificamos que a preparação física, corporal, psicológica, técnica e artística, são necessárias na carreira das ginastas. Para desenvolver esse leque de habilidades a formação das ginastas deve ocorrer em longo prazo.

Arkaev e Suchilin (2004) afirmam que em média 10 anos de formação são necessários para as ginastas atingirem o ápice de rendimento. Os JO são considerados o auge da carreira de um atleta e a ginasta só pode competir no evento no ano em que completar 16 anos de idade. Dessa forma, alguns treinadores podem utilizar o argumento para justificar a necessidade de começar cedo na Ginástica. Entretanto, o argumento é vago, pois há apenas idade mínima para competir, então, as ginastas poderiam ser preparadas para participar dos JO em idade mais avançada.

Encontramos indícios de especialização precoce na modalidade (RYAN, 1995; NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010; SCHIAVON; PAES, 2011; BARKER-RUCHTI, 2011). A especialização precoce ocorre quando etapas do processo de formação esportiva são antecipadas ou desconsideradas (BOMPA, 2000). Ainda, o autor afirma que não há um período preestabelecido para iniciar o treinamento especializado, mas que este varia de esporte para esporte, pois depende da cultura de cada modalidade.

Nunomura, Carrara e Tsukamoto (2010) apontam relatos de treinadores no Brasil de que as crianças deveriam iniciar a prática da modalidade entre 5-7 anos de idade e iniciar o treinamento especializado entre 6-7 anos e não mais que 9-10 anos. Esse início precoce no treinamento especializado e intenso preocupa e estudos, que serão discutidos posteriormente, indicam que há problemas associados a esse contexto.

Frente aos problemas da especialização precoce devemos considerar uma série de fatores. Potop et al. (2011) afirmam que a especialização na GA só deve ocorrer quando o futuro ginasta estiver integralmente pronto. Os autores apontam que para isso a formação inicial deve ser abordada de maneira global (POTOP et al., 2011).

Ainda, na iniciação esportiva na GA é necessário respeitar rigidamente a individualidade o desenvolvimento de cada praticante e estimular o prazer pela prática, por meio da exploração da ludicidade e variedade de movimentos presentes na modalidade (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, 1998; ARKAEV; SUCHLIN, 2004).

Vale ressaltar que todos os princípios que devem ser respeitados serão importantes tanto para a formação esportiva dos praticantes, como também para a formação humana.

Ao apresentar brevemente as características da GAF identificamos fatores importantes que interferem ao longo da carreira esportiva das ginastas.

4.2 A idade competitiva na GAF: Implicações na carreira esportiva das ginastas

Apesar das mulheres começarem a participar dos JO em 1928, a modalidade começou a ser praticada com formato competitivo similar ao que vemos hoje a partir da década de 1950 (KERR, 2003).

A primeira edição do CP, elaborado em 1954, preconizava movimentos originários do ballet, saltos, a graça e a feminilidade, que era a marca registrada das ginastas daquela época (BARKER-RUCHTI, 2009). Pouca atenção e importância eram atribuídas às acrobacias, mas sempre foi exigida a perfeição nos movimentos (BARKER-RUCHTI, 2009).

Assim, essas tendências competitivas exerciam grande influência na carreira esportiva das ginastas. Barker-Ruchti (2009) chama as ginastas da década de 1950 e 1960 de bailarinas, devido às características das séries e da aparência madura. As ginastas eram mulheres adultas, com penteados marcantes, características que nos permitem chamá-las de damas da GAF. Era comum ver ginastas com mais de 30 anos no cenário competitivo e, geralmente, a carreira esportiva era prolongada e elas participavam mais de uma vez nos JO (BARKER-RUCHTI, 2009).

Podemos citar vários exemplos de ginastas adultas que refletiam a maturidade e a longevidade na carreira esportiva, como, Agnes Keleti, Larissa Latynina, Polina Astakhova, Eva Bosakova, Olga Tass, Elena Leaușteanu, Vera Caslavská, além das ginastas mais atuais, como, Svetlana Khorkina, Oksana Chusovitina, Daniele Hypólito, entre outros nomes (GYMNASTICS RESULTS, 2018; INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE, 2018).

Um dos exemplos mais emblemáticos daquela época é a ginasta ucraniana Larissa Latynina. Ativa entre 1954 e 1966, a ginasta obteve 18 medalhas Olímpicas (9 de ouro, 5 de prata e 4 de bronze) (INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE, 2016). Poucos sabem que até os JO de 2016 Latynina era a maior medalhista Olímpica em competições individuais, até perder o posto para o nadador norte-americano Michael Phelps no Rio de Janeiro (2016).

Em 1968 nos JO da Cidade do México a ginasta Vera Caslavská, com 26 anos, impressionou com seu desempenho no solo ao som de “The Mexican Heat Dance”. Segundo Barker-Ruchti (2009) a apresentação da ginasta refletiu o CP de 1964, que preconizava exercícios harmoniosos que demonstrassem graça e beleza.

Segundo Barker-Ruchti (2009), a apresentação de Caslavská foi uma das últimas demonstrações de maturidade e feminilidade, pois pouco tempo depois essas características,

que compunham o ideal da GAF, perderam espaço para novos aspectos que começaram a se desenvolver.

O contexto da Guerra Fria foi um dos principais motivos para mudar o cenário da GAF. O sucesso no Esporte era utilizado para demonstrar superioridade na disputa entre os blocos, o que conduziu o governo soviético a criar um ambiente esportivo ambicioso e cheio de inovações (BARKER-RUCHTI, 2009; CERVIN, 2015, 2017).

Essa ambição do governo comunista impulsionou inovações na GAF. Estratégias foram traçadas para inserir cada vez mais elementos aéreos e de risco na modalidade, esse movimento ficou conhecido como “acrobatização”. Uma estratégia adotada pela Federação Russa de Ginástica foi convidar treinadores do circo para introduzirem cada vez mais acrobacias no treinamento das ginastas (BARKER-RUCHTI, 2009).

Barker-Ruchti (2009) aponta que a partir disso, começou-se a identificar que ginastas jovens e com corpos andrógenos eram mais aptas a aprender exercícios acrobáticos de risco. Ginastas com menores proporções corporais teriam vantagens biomecânicas em aprender os movimentos acrobáticos executados por homens e a imaturidade psicológica também facilitaria a manipulação na execução de exercícios de risco (BARKER-RUCHTI, 2009). A autora afirma que esse contexto impulsionou vários treinadores da GAM a migrarem para GAF, pois esse cenário de inovação motivou a obtenção de recompensas materiais e financeiras.

A disputa entre os blocos capitalista e comunista se transcendia para o Esporte. O movimento da “acrobatização” idealizado no governo soviético começou a ganhar espaço nas competições internacionais e, assim, impulsionou o bloco do oeste a mudar também (BARKER-RUCHTI, 2009; CERVIN, 2015, 2017).

O cenário da GAF mudou drasticamente e os movimentos harmoniosos que externavam graciosidade e maturidade, perderam espaço para movimentos acrobáticos e com alta dificuldade, similares àqueles praticados na GAM. Esse fato refletiu diretamente nas características corporais das ginastas e, assim, inicia-se a tendência de ginastas jovens, com aparência pueril, conhecidas como “Pequenas Fadas”, que contribuíram para mudar os rumos da GAF (BARKER-RUCHTI, 2009; WEBER; BARKER-RUCHTI, 2012; OLIVEIRA, 2014; CERVIN, 2015, 2017). Destacamos que uma das principais mudanças foi o modo de pensar a seleção e a formação das ginastas.

Nos JO de Munique em 1972, a pequena Olga Korbut com 17 anos chocou o mundo. Além de se destacar por seu ótimo desempenho e movimentos repletos de acrobacias e elementos de risco que marcaram a inovação na GAF, a aparência pueril e suas “Marias

Chiquinhas” impressionavam o público, até então acostumado com a elegância e os penteados imponentes das ginastas adultas da década de 1960 (OLIVEIRA, 2014).

Barker-Ruchti (2009) indica que a mídia exerceu papel importante na propagação dessa nova tendência. A autora afirma que os novos recursos da mídia em 1972, como as câmeras lentas, utilizaram as lágrimas de Korbuto e sua aparência pueril para dramatizar e popularizar a modalidade.

Assim, podemos afirmar que a mídia corroborou a popularização e ascensão da “acrobática”. Apesar das ginastas jovens apresentarem corpos andrógenos que potencializassem a execução de elementos acrobáticos similares aos da GAM, a mídia focava nas emoções e no cuidado quase paterno que as ginastas recebiam de seus treinadores homens para dramatizar e atrair a atenção do público (BARKER-RUCHTI, 2009; CERVIN, 2017).

Apesar dessa tendência cada vez mais acrobática ditar os rumos da GAF nos anos seguintes, o equilíbrio entre o elemento artístico e o acrobático sempre esteve na pauta da FIG e era motivo de discussão entre árbitros, treinadores e ginastas (BARKER-RUCHTI, 2009; OLIVEIRA, 2014; CERVIN, 2015, 2017).

Nesse sentido, Barker-Ruchti (2009) cita o exemplo de Larissa Latynina, agora treinadora principal da equipe soviética de ginástica, que demonstrava preocupação com as novas tendências da modalidade que poderiam prejudicar as ginastas devido ao alto risco dos elementos acrobáticos. A autora ressalta que Latynina foi forçada por dirigentes do governo soviético a retirar sua opinião, pois esses disseram que o estilo de Latynina era ultrapassado, entretanto, a principal preocupação era que afetasse a nova tendência que estava trazendo sucesso para a Ginástica soviética.

Nos JO de 1976 surge um fenômeno esportivo chamado “Nadia Comaneci” que revolucionaria e marcaria seu nome na história da GAF para sempre (KERR, 2006). Olga Korbuto impressionou e também foi protagonista na nova tendência de ginastas, mas Nadia foi a estrela dessa tendência. Ela impactou o mundo da GAF e por isso, 40 anos depois de sua apresentação em Montreal, é considerada um dos maiores nomes da GAF e do Esporte mundial, inclusive, concorreu ao prêmio de atleta do século XX (KERR, 2006).

A romena tinha um estilo que refletia a essência das pequenas fadas, pois seus laços brancos no cabelo demonstravam pureza e a juventude, os voos e a criação de acrobacias inovadoras surpreendiam treinadores, árbitros e o público (KERR, 2006).

Apesar do aumento do risco nas séries das ginastas, a essência da GAF é a perfeição e Nadia Comaneci conquistou o símbolo da perfeição ao obter a primeira nota 10 da história da

modalidade em 1976. Não bastasse obter sete notas 10 em Montreal, a ginasta impressionou mais ainda o público por ter apenas 14 anos de idade (KERR, 2006).

Ao alcançar a perfeição, o estilo de Nadia passou a ser considerado sinônimo de sucesso e por isso foi copiado nos anos seguintes por atletas de vários países (KERR, 2006). A ideia era a seguinte: se você quer ser campeã olímpica, seja como Nadia.

Podemos afirmar que Nadia potencializou o advento das pequenas fadas e o sistema de treinamento da Romênia foi copiado em diversos países. Dessa forma, a seleção de talentos entre crianças, especialização e resultados precoces e o treinamento intensivo e centralizado começou a ser a regra para o sucesso (KERR, 2006).

Com as “Pequenas Fadas” o cenário retratado no item anterior mudou. A carreira das ginastas começou a ficar mais curta e a média da idade competitiva caiu drasticamente. Apesar de haver exceções, não era mais tão comum ver ginastas com 30 anos ou mais serem campeãs, o normal era ver ginastas com menos de 20 anos no lugar mais alto do pódio.

Em síntese, notamos que a década de 1970 revolucionou a GAF. Entretanto, o impacto dessa nova tendência de ginastas é alvo de discussões até os dias de hoje.

4.3 A visão negativa da literatura sobre a GAF

O advento das “Pequenas Fadas” e a “Acrobatização” contribuíram para que a carreira esportiva das ginastas fosse repensada, entretanto, esse fenômeno repercutiu também na saúde e bem estar das ginastas. As discussões sobre o impacto da GAF para a vida das ginastas são muito amplas e se tornou motivo de preocupação para os envolvidos na modalidade, dentre eles, os acadêmicos da Ginástica, federações e confederações, entre outros.

Com o fenômeno da “Acrobatização” e com a cópia do estilo de Nadia Comaneci, iniciou-se a seleção precoce de talentos e, conseqüentemente, o treinamento especializado precoce associado a altas cargas de treinamento visando à perfeição, fatores que vem dos países da União Soviética. Devido à eficiência do corpo andrógeno e magro para o desempenho na GA, métodos artificiais de controle alimentar foram implantados; casos de abuso na relação atleta-treinador e a dedicação exclusiva a modalidade (KERR; BERMAN; SOUZA, 2006; LAVALEE; ROBINSON, 2007; NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010).

O treinamento intensivo em ginastas muito jovens é apontado por vários estudos como vilão, pois causaria uma série de lesões de curto e longo prazo nas ginastas (CAINE et al., 2001; CAINE; NASSAR, 2005; AMARAL; SANTOS; FERREIRINHA; KIM; LIN, 2014; DALAS et al., 2015). As repetições exaustivas associadas a muitas horas diárias de

treinamento intensivo e a imaturidade morfológica das ginastas é uma grande preocupação na modalidade.

Depois do advento das “Pequenas Fadas” a GAF passou a ser considerada uma modalidade pré-púbere. Assim, a questão da maturação, crescimento e desenvolvimento também é foco de preocupação de alguns pesquisadores.

Vale ressaltar a preocupação da FIG 45 anos depois. O comitê científico da entidade, preocupado com os problemas de crescimento e a maturação tardia relacionada ao treinamento intensivo em ginastas jovens, convidou autores, com experiência na área do crescimento e desenvolvimento e da Ginástica Artística, a revisarem o que vem sendo produzido pela literatura nesse âmbito. A entidade enumerou uma série de questões relacionadas à influência do treinamento no crescimento e na maturação das ginastas jovens (MALINA et al., 2015).

Fato interessante é que as conclusões da revisão dos autores indicam que não poderia se atribuir os problemas relacionados à maturação e desenvolvimento das ginastas exclusivamente ao treinamento intensivo em jovens. Essa conclusão reflete que a individualidade do treinamento deve ser considerada na tentativa de se estabelecer relações mais válidas em torno desse assunto (MALINA et al., 2015).

Em relação aos distúrbios alimentares, há treinadores que consideram que as demandas da GAF exigem que as ginastas tenham ombros largos, quadris estreitos e sejam muito magras (KERR; BERMAN; SOUZA, 2006). Assim, casos de controle alimentar superficiais em ginásios são comuns. Stewart, Schiavon e Belloto (2015) afirmam que há exemplos de treinadores que restringem até mesmo o consumo de água, fato que chama atenção e mostra que a negligência de treinadores pode causar vários problemas de saúde.

Alguns parâmetros na relação atleta-treinador na GAF são alvos de debates, pois estudos confirmaram que o autoritarismo nessa relação poderia causar problemas para carreira e para a vida das ginastas (STIRLING; KERR, 2009; BARKER-RUCHTI; TINNING, 2010; PINHEIRO et al., 2014).

As atletas começam a treinar em tenra idade e passam horas sob o comando dos treinadores, que muitas vezes por serem homens se assemelham a uma figura paterna e refletem admiração e respeito por parte das ginastas (OLIVEIRA, 2014). Assim, ainda de acordo com o autor, o estilo autocrático e unilateral dos treinadores se torna favorável na microcultura da GAF.

Entretanto, estudos confirmaram que o desequilíbrio nessa relação poderia causar uma série de problemas para as ginastas, dentre eles o abuso físico, emocional e até mesmo sexual (STIRLING; KERR, 2009; PINHEIRO et al., 2014).

Os estudos que trataram do abuso por parte de treinadores e demais pessoas envolvidas no contexto da GAF de alto rendimento, indicaram que: gritos, humilhação, intimidação e até pequenas agressões são comuns por parte dos treinadores nos ginásios; o controle alimentar rígido, assim como obrigar as ginastas a competirem lesionadas também são formas de abuso e acontecem frequentemente nessa modalidade; as restrições de atividades sociais e o comprometimento das atividades escolares também evidenciam esse contexto (STIRLING; KERR, 2009; PINHEIRO et al., 2014; STEWART; SCHIAVON; BELLOTTO, 2015; SMITS; JACOBS; KNOPPERS, 2016).

Notícia recente do site esportivo Globo Esporte (2018) evidenciou que o médico da seleção americana de GAF foi acusado de abuso sexual e condenado a até 175 anos de prisão. A notícia repercutiu inclusive para Federação Americana de Ginástica, que foi acusada de acobertar casos semelhantes a esse.

Estudos retrataram a aposentadoria precoce da GAF como um problema importante na modalidade, pois impacta inclusive na vida das ginastas depois da carreira esportiva (LAVALEE; ROBINSON, 2007; CLOWES et al. 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

O principal aspecto abordado por esses estudos é que as ginastas dedicam sua infância e adolescência exclusivamente a GAF, sem muito contato com a sociedade fora do ginásio. Assim, quando encerram suas carreiras enfrentam a falta de controle, problemas de identidade, distúrbios alimentares devido a constante preocupação com o peso (LAVALEE; ROBINSON, 2007; CLOWES et al. 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). Todos esses problemas estão relacionados à identidade moldada exclusivamente na GAF e são atenuados pelo fato das ginastas, geralmente, encerrarem a carreira cedo e terem uma vida toda pela frente.

Nesse tópico discutimos a visão negativa da GAF retratada pela literatura e, que muitas vezes, é atribuída por considerarem a modalidade um esporte para crianças. Entretanto, não podemos generalizar, pois acreditamos que haja bons exemplos de treinadores que baseiam seus treinamentos em preceitos mais congruentes com a prática saudável e ginastas que retratam boas experiências ao longo da carreira.

4.4 A regra da “Idade Mínima”

Apesar da acentuação da “Acrobatização” e queda da idade competitiva ao longo das décadas de 1980 e 1990, o perfil das ginastas mudou (BARKER-RUCHTI, 2009; CERVIN, 2015, 2017). Nos JO de 1984 a ginasta americana Mary Lou Retton, com 16 anos, apresentou uma série em que a força e a potência se destacavam, ou seja, muito próximo do que se observava na GAM (OLIVEIRA, 2014).

Outro fato que chamou a atenção era o corpo musculoso, pequeno e robusto de Retton, nitidamente diferente dos corpos esguios das pequenas fadas (KERR, 2003). Podemos afirmar que o estilo robótico e potente marcou a GAF dessa época, preocupou a FIG que percebeu que a modalidade perderia a essência e, conseqüentemente, afetaria sua popularidade (CERVIN, 2015, 2017).

Paul (2010) afirma que, frente ao aumento da dificuldade em detrimento do componente artístico, no ano de 1981 a FIG resolveu aumentar a idade mínima competitiva. A partir de então, só poderiam participar de campeonatos internacionais ginastas a partir dos 15 anos. Corroboramos o argumento da autora, que apesar das ginastas mais jovens serem capazes de aprender elementos acrobáticos e de risco facilmente, a preparação artística levaria mais tempo e por isso a solução foi aumentar a idade mínima.

Segundo Paul (2010), nessa primeira alteração da idade mínima competitiva, a preocupação da FIG era maior na popularidade do que na saúde das ginastas. Entretanto, uma nova alteração da regra aconteceu em 1997, que está em vigor até hoje e propõe que as ginastas só competiriam internacionalmente com 16 anos ou no ano em que completam essa idade (PAUL, 2010).

Paul (2010, p. 75) aponta que os seguintes fatores impulsionaram a mudança da regra: “desenvolvimento musculoesquelético das jovens competidoras; prolongamento da carreira esportiva das ginastas; prevenção do abandono da modalidade e; busca por uma visão mais positiva do esporte perante o público em geral, espectadores e a mídia”.

Ao analisar o discurso da FIG parece que a regra de 1997 foi uma resposta aos estudos científicos que identificaram problemas de saúde nas ginastas. Entretanto, a preocupação com a popularidade do esporte permaneceu nos holofotes, pois segundo Eagleman, Rodenberg e Lee (2014) um esporte para “meninas frágeis” impactava negativamente na opinião pública. Portanto, indagamos se a FIG estaria realmente preocupada com as ginastas, se suas ações são meramente políticas, ou se ambos os fatores se relacionam.

Paul (2010) afirma que a FIG considera que ginastas com 16 anos de idade alcançariam a maturidade física e psicológica e, assim, haveria benefícios ao longo da carreira.

Entretanto, há controvérsias, pois a regra limita a participação internacional na categoria adulta, porém, os estudos que retratam os problemas de saúde vivenciados pelas ginastas não consideram que seja o único problema. A causa real estaria no treinamento intenso que começa, geralmente, muito cedo e nos padrões autoritários e abusivos de treinamento. Portanto, a regra não implica que as ginastas iniciaram o treinamento mais tarde, tampouco que a carga de treinamento, condições e orientações serão adequadas para cada faixa etária.

Ademais, casos de fraude na comprovação da idade são motivos de grande alarde e preocupação para a FIG (PAUL, 2010; EAGLEMAN; RODENBERG; LEE, 2014). Assim, contesta-se a eficiência dessa medida e permanece a necessidade de encontrar soluções que preservem a saúde das ginastas.

Apesar, de haver controvérsias em torno da regra da idade mínima de 1997, podemos notar que houve algumas mudanças no cenário competitivo da GAF ao longo dos anos. A idade competitiva subiu consideravelmente duas décadas depois da implantação da regra. Para exemplificar, podemos comparar a média de idade das participantes dos JO de Atlanta em 1996 (16,6 anos de idade) com a média das participantes dos Jogos do Rio de Janeiro em 2016 (20,29 anos de idade) (FIG, 2016).

Entretanto, não podemos atribuir as mudanças na GAF exclusivamente à regra da idade mínima. Outros fatores contribuíram para as alterações que vem acontecendo, como, o avanço tecnológico dos aparelhos, que causariam menos impacto e poderiam favorecer o prolongamento da carreira esportiva.

4.5 Longevidade na carreira esportiva

Eagleman, Rodenberg e Lee (2014) mostram que em 1996 a mídia já não sabia se referia às ginastas como “meninas” ou “mulheres”, o que reflete as mudanças na carreira esportiva das ginastas.

Segundo Eagleman, Rodenberg e Lee (2014, p.10), as ginastas mais velhas começaram a ser bem vistas pela mídia e a juventude e fragilidade foram apontadas como “uma força maligna a ser combatida no esporte”. Assim, identificamos que apesar da longevidade na carreira esportiva das ginastas, a precocidade no início e no encerramento da trajetória esportiva ainda está em evidência e merece atenção.

Recentemente, diversas ginastas consideravelmente mais velhas têm aparecido no mais alto nível internacional. Podemos citar os exemplos de Oksana Chusovitina (41 anos), Hong Um-Jong (27 anos), Catalina Ponor (29 anos), Jéssica Lopes (30 anos), Daniele Hypólito (32 anos), Jade Barbosa (25 anos). Esses exemplos retratam algumas das ginastas que competiram na última edição dos JO e continuaram a desempenhar expressivamente acima dos 20 anos de idade, e algumas inclusive chegaram a ultrapassar a marca dos 30 anos.

Um grupo internacional, composto por pesquisadoras com experiência na área sociocultural da GAF estuda o fenômeno das ginastas mais velhas (KERR et al., 2015; BARKER-RUCHTI et al., 2016; KERR et al., 2017). Esses estudos revelaram benefícios associados ao prolongamento da carreira esportiva, tais como, a relação atleta-treinador poderia se tornar mútua e de companheirismo. A partir disso, a ginasta passaria a ser mais independente, consciente e autônoma em suas decisões e ações, e nesse caso há menor submissão ao treinador. As ginastas mais velhas poderiam exercer papel de liderança dentro do grupo, por exemplo, compartilhar experiências com as ginastas mais novas, e facilitar a comunicação entre treinador e as demais atletas. Em relação ao treinamento, acredita-se que as ginastas mais velhas geralmente não precisam de um volume tão alto de repetições quando comparado com as mais jovens, pois a experiência contribui para que elas não percam tempo com exercícios desnecessários, e essa menor carga de treinamento muitas vezes poderia prevenir lesões que também poderia ser uma das causas da aposentadoria precoce da modalidade. Outro fator seria diminuir as implicações negativas do encerramento precoce da carreira esportiva na vida das ginastas (KERR et al., 2015; BARKER-RUCHTI et al., 2016; KERR et al., 2017).

Os estudos citados anteriormente identificaram os fatores que estão levando as ginastas a continuar competindo no alto nível depois da puberdade e propõe mudanças que poderiam impactar para uma visão mais positiva da GAF (BARKER-RUCHTI et al., 2016). Os exemplos podem instigar treinadores e as futuras gerações de ginastas a não investirem no alto rendimento tão cedo.

4.6 Contexto da GAF do Brasil nos últimos 4 ciclos olímpicos.

Nesse tópico, apresentaremos os destaques sobre a GAF do Brasil nos últimos 4 ciclos olímpicos. Destacamos a importância de conhecer as particularidades do cenário em que as ginastas participantes estavam inseridas no período ativo de suas carreiras.

PÚBLIO (1998) afirma que a GA chegou ao Brasil em 1942, trazida pelos imigrantes alemães que viviam no Rio Grande do Sul, onde foi fundada a primeira federação de

Ginástica do País. A modalidade se propagou para São Paulo e Rio de Janeiro e, em 1948, as três primeiras federações se uniram à Confederação Brasileira de Desportos (CBD) (PÚBLIO, 1998). Em 1951 a CBD se filiou à FIG e foram organizados os primeiros campeonatos de GA em solo brasileiro (PÚBLIO, 1998).

O desenvolvimento da modalidade iniciou-se em 1966, e Marion Faedrich Dullius foi a primeira ginasta a representar o país no Campeonato Mundial (CM) de Ginástica na Tchecoslováquia (PÚBLIO, 1998). O autor afirma que em 1978 foi criada a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) e, pela primeira vez, o Brasil foi representado por uma equipe feminina completa em CM. Destacamos a ginasta Lilian Carrasozza, que obteve o brevê de ginasta internacional da FIG, reconhecimento às ginastas com nota a partir de 9 pontos (PÚBLIO, 1998; SCHIAVON, 2009).

Assim, aos poucos, a GAF no Brasil impulsionou sua participação no cenário internacional e, desde 1980 nos JO em Moscou, é representada por pelo menos uma ginasta e com isso a modalidade ganhou mais visibilidade (PÚBLIO, 1998; SCHIAVON, 2009).

Em 1980, Claudia Magalhães foi a primeira ginasta brasileira a competir em JO; em 1984, Tatiana Figueiredo participou dos JO de Los Angeles; Luísa Parente representou o país em duas edições seguidas dos JO, em 1988 e 1992, ainda, destacamos sua brilhante participação nos Jogos Pan-Americanos de 1991, no qual conquistou duas medalhas de ouro; em 1996, Soraya Carvalho se classificou e para os JO de Atlanta, mas devido a uma fratura por estresse na tíbia, descoberta quatro dias antes da abertura dos Jogos, ficou impossibilitada de competir; em 2000, nos JO de Sydney, Camila Comin e Daniele Hypólito representaram o país (PÚBLIO, 1998; SCHIAVON, 2009).

As primeiras participações individuais das ginastas brasileiras foram essenciais para impulsionar o desenvolvimento da GAF no Brasil. Foi um processo de construção da modalidade até que as atletas obtivessem maior expressividade no cenário internacional e apresentassem nível técnico para competir com grandes potências mundiais.

Ainda, destacamos a importância dessa geração de ginastas para a reestruturação e o desenvolvimento da GAF no Brasil a partir de 2000. E, observamos o reflexo a partir do ciclo olímpico 2001-2004 na evolução da modalidade no cenário internacional, com mais investimento e estruturação para o desenvolvimento da carreira esportiva das atletas (SCHIAVON, 2009; SCHIAVON et al., 2013).

A mudança de século impulsionou também grandes mudanças na GAF. Apesar de ainda haver fragilidades no sistema esportivo brasileiro e também na modalidade em questão, parece consenso entre os pesquisadores da GAF que os últimos anos representaram um grande

avanço na modalidade em relação a resultados internacionais (SCHIAVON, 2009; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012; SCHIAVON et al., 2013).

Muitas mudanças aconteceram nesse período e corroboraram essa evolução. Hoje em dia as ginastas de alto rendimento possuem melhores condições para o desenvolvimento da carreira, dispõe de ginásios e aparelhos com tecnologia, apoio técnico e financeiro e acompanhamento com equipes multidisciplinares (SCHIAVON et al., 2013).

Por outro lado, não há investimento equivalente para o desenvolvimento das categorias de base no país. Esse fator nos preocupa, pois a estruturação adequada dessas categorias é primordial para a sustentabilidade do esporte de alto rendimento como observamos nos Estados Unidos, a maior potência mundial de GAF.

Nesse país identificamos um programa que desenvolve todas as etapas da carreira das ginastas de alto rendimento (USAGYM, 2018). Esse sistema foi criado para fornecer experiências competitivas para ginastas aspirantes à seleção americana de GAF. A equipe (“sênior” e “junior”) é escolhida anualmente nos campeonatos nacionais e, é composta por até 28 atletas. Também há uma equipe de preparatória para o alto rendimento, que é escolhida nos encontros nacionais. Acreditamos que o investimento desde as categorias de base é um fator preponderante para os resultados do país no cenário internacional.

Um fato que chama atenção frente à evolução da GAF do Brasil foi a criação do Centro de Treinamento (CT) de Excelência, que vigorou de 2001 a 2008. A criação do CT foi inspirada no modelo soviético de treinamento centralizado, no qual ginastas selecionadas treinavam intensamente em regime de internato em local de infraestrutura de ponta, que permitia o controle direto do treinamento e demais aspectos envolvidos na formação de um atleta de alto rendimento esportivo (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012).

A CBG iniciou as obras do CT em 1997 na cidade de Curitiba no Paraná e, além de investir em infraestrutura, começou a trazer treinadores estrangeiros para trabalhar nesse novo empreendimento. Nunomura e Oliveira (2012) destacam que dentre estes treinadores havia europeus com destaque em competições internacionais, que formaram campeãs olímpicas e mundiais.

Em 2001 as ginastas selecionadas começaram a treinar juntas no CT algo que trouxe uniformidade à equipe e que contribuíram diretamente para a evolução da GAF do Brasil (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012). Os principais aspectos positivos do CT apontado pelo estudo dos autores foram: a infraestrutura de ponta, que permitiu o desenvolvimento das ginastas em aparelhos dentro dos padrões internacionais; a vinda de treinadores estrangeiros com destaque internacional; a equipe multidisciplinar e; o apoio financeiro às ginastas.

Copiar o sistema de treinamento centralizado e a filosofia de treinamento dos treinadores Ucranianos em um país de dimensões continentais, como o Brasil, necessitaria de adaptações. Nunomura e Oliveira (2012) revelam que não houve essa adaptação, por isso vários problemas foram relatados. Os treinadores brasileiros entrevistados pelos autores argumentaram que a centralização do treinamento desmotivou várias ginastas que não foram selecionadas e também aquelas que não se adaptaram ao sistema, algo que contribuiu para a diminuição do quadro de ginastas atuantes no país.

Ademais, queixas sobre overtraining, métodos artificiais de restrição alimentar e até maus tratos foram apresentados por algumas ginastas que dispararam contra a CBG na mídia (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012).

Dessa forma, contestamos se todo o investimento na modalidade foi adequado. Apesar dos resultados apresentados nas edições seguintes de CM e JO, as decisões tomadas pela CBG parecem seguir a lógica imediatista do esporte de alto rendimento no Brasil. Acreditamos que outras estratégias em longo prazo favoreceriam o desenvolvimento da modalidade, como a estruturação das categorias de base, conforme discutido anteriormente.

Apesar dos aspectos negativos, o CT impulsionou os resultados da GAF nos JO de 2004 e 2008 (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012; SCHIAVON et al., 2013). A seleção brasileira participou pela primeira vez na competição por equipes, em Atenas (2004) ficou em nono lugar, em 2008 classificou-se entre as 8 melhores seleções do mundo em Pequim. Ainda, nas edições seguintes dos JO, mesmo sem a seleção permanente, o Brasil conseguiu a classificação por equipes e alcançou a 12^a colocação em 2012 e a 8^a colocação no Rio de Janeiro.

Em Campeonatos Mundiais (CM), a brasileira Daniele Hypolito obteve medalha de prata em 2001, Daiane dos Santos subiu no lugar mais alto do pódio em 2003, Jade Barbosa conquistou duas medalhas de bronze, uma em 2007 e outra em 2010.

Apesar da evolução da modalidade ser nítida a partir de 2001, há indícios que revelam problemas na organização da modalidade no Brasil. Schiavon et al. (2013) apontam que no mesmo período em que o Brasil obteve resultados expressivos no cenário mundial o número de ginastas que competiam nacionalmente manteve-se reduzido. Segundo as autoras, isso pode ser reflexo da falta de treinadores qualificados, falta de espaço público para prática do esporte e precariedade no investimento.

Sobre a formação dos treinadores, o relato de ginastas que competiram nos ciclos olímpicos de 2001-2004 e 2005-2008 expressa que antes dos treinadores ucranianos chegarem ao Brasil o potencial delas não tinha sido explorado adequadamente (SCHIAVON, 2009;

SCHIAVON; PAES, 2011). Nesse sentido, vale destacar propostas de certificação que contribuíssem na formação dos treinadores e a iniciativa do Comitê Olímpico Brasileiro (COB) com a Academia Brasileira de Treinadores (SCHIAVON et al., 2013).

Ainda, o convívio diário com os treinadores estrangeiros e as trocas de experiências enriqueceu o conhecimento prático dos profissionais brasileiros que tinham ginastas na seleção ou trabalhavam em Curitiba (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012). Ponderamos que esse intercâmbio é válido desde que os treinadores do Brasil adaptem e deem sentido a sua prática profissional ao considerar as particularidades da GAF nacional e as individualidades das ginastas.

Algumas práticas comuns na GAF do Brasil são alvos de debates e críticas, pois poderiam ser prejudiciais para formação esportiva das ginastas, o que é corroborado pelos relatos de ginastas de alto rendimento que afirmam ter sofrido com condições inadequadas de treinamento, como, *overtraining* e restrição alimentar (SCHIAVON; PAES, 2011).

Conforme discutido anteriormente, há evidências de especialização precoce na GAF brasileira que poderiam corroborar métodos de seleção de talentos precoces e pautados na visão do talento como algo inato, assim, algumas ginastas não teriam oportunidade de desenvolver seu potencial (NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010; SCHIAVON; PAES, 2013; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2014).

Em relação ao prolongamento da carreira esportiva, discutido anteriormente, um treinador entrevistado por Nunomura e Oliveira (2012) afirmou que no Brasil permanece a tendência de que as ginastas devem encerrar a carreira na adolescência. Entretanto, assim como outros países, temos exemplos de ginastas no Brasil que prolongaram sua carreira na atualidade (por exemplo, Daiane dos Santos, Daniele Hypolito, Jade Barbosa) e no passado (por exemplo, Marian Fernandes, Altair Prado, Jaqueline Pires, Lilian Carrascoza, Luisa Parente).

Apesar dos exemplos nacionais de prolongamento da carreira esportiva parecerem positivos para o cenário atual, assim como discutimos na seção anterior, outros fatores incidiriam na permanência por mais tempo. Dentre esses fatores estaria o incentivo financeiro que muitas vezes leva as ginastas a continuarem na GAF, pois temem o futuro e acreditam ser exclusivamente dependentes da modalidade para sobreviver (SCHIAVON, 2009).

O quadro 1 apresenta o número de ginastas que competiram nos campeonatos brasileiros de GAF de 2004 a 2008. O baixo número de ginastas na categoria adulta teria impacto na rotatividade na seleção brasileira de GAF (SCHIAVON, 2009). Por isso, as ginastas mais velhas têm a oportunidade de prolongarem sua carreira, pois não há substitutas.

Contrário ao que acontece na GAF dos Estados Unidos, onde poucas vezes as ginastas participam em mais de uma edição de JO, pois há grande número de ginastas de alto nível e um sistema esportivo que favorece maior participação de atletas adultas nos campeonatos nacionais (SCHIAVON, 2009; LIMA, 2016; USAGYM, 2018).

Quadro 1- Número de participantes de campeonatos brasileiros de GAF (SCHIAVON, 2009, p. 52)

Ano	Adulto	Juvenil (equipes/ginastas)	Infantil	Pré-infantil A	Pré-infantil B
2004	31 ginastas (20 adultas)	3/17	4/31	3/22	5/26
2005	4 equipes/ 21 ginastas (10)	-----	-----	2/14	4/20
2006	23 ginastas (12)	7/41	5/25	6/31	6/23
2007	6 equipes/ 28 ginastas (15)	5/31	6/38	6/28	9/42
2008	5 equipes/ 33 ginastas (13)	6/28	8/42	4/21	4/22

No Brasil, o encerramento da carreira esportiva também preocupa. Schiavon (2009) identificou que o principal fator que levou ginastas brasileiras, que participaram de JO, a encerrar a carreira esportiva foi o esgotamento físico e psicológico, resultante de um longo tempo de dedicação ao esporte. Sobre as mudanças na vida pós GAF, a autora aponta que em alguns casos os dilemas que as ginastas, geralmente, enfrentam foram amenizados, pois algumas ginastas mantiveram o contato com a GA, no cargo de treinadoras.

Ainda, há exemplos de ginastas que encerram a carreira esportiva e fizeram a transição para prática de outros esportes e atividades acrobáticas. Podemos citar os exemplos de Camila Comin, que depois de competir nos JO de Atenas com 21 anos de idade encerrou sua carreira na GAF e passou a integrar a equipe do *Cirque du Soleil*; outro exemplo marcante é a ex-

ginasta Lais Souza, que após a aposentadoria nos JO de Londres com 24 anos, passou a se dedicar ao Esqui Aéreo.

Apesar de haver ginastas que lidam bem com a aposentadoria do esporte e conseguem direcionar suas vidas, há aquelas que têm dificuldades depois da aposentadoria. Um exemplo marcante na GAF brasileira é a ginasta Merly de Jesus, que acusou a CBG de abandono após lesão no fêmur e encontrou grandes dificuldades após encerrar sua carreira no esporte (ESPN, 2008).

Casos impactantes como de Merly levantam a necessidade de traçar estratégias que amenizassem os problemas vivenciados por alguns atletas depois do encerramento da carreira. Estudos internacionais apontam que planos de aposentadoria poderiam auxiliar as ginastas, que devotaram grande parte de suas vidas exclusivamente ao esporte, a superarem efeitos negativos da aposentadoria (LAVALEE; ROBINSON, 2007; CLOWES et al., 2012).

Ao longo desse tópico apresentamos e discutimos alguns estudos importantes e que nos auxiliam a compreender fatos importantes na evolução da GAF brasileira. Constatamos que os últimos anos representam um avanço no desenvolvimento da modalidade. Entretanto, há fatores que precisam ser repensados para o desenvolvimento pleno da modalidade, como a organização do sistema esportivo. Ainda, há aspectos na GAF brasileira que são influenciados pelas tendências mundiais da modalidade, como a especialização e seleção precoce de talentos.

4.7 Estruturação do constructo teórico: definição e teorias de Motivação

Conceituaremos a motivação e as teorias que nos auxiliarão na análise e discussão para alcançar nosso objetivo específico. Várias palavras são comumente utilizadas para referir à motivação, tais como: desejo, necessidade, motivo, meta, impulso (DECI; RYAN, 1985).

A pluralidade de termos associados ao conceito poderia causar confusão. Portanto, vale recorrer à origem da palavra “Motivação”. Sua origem vem do latim *movere* (DECI; RYAN, 1985).

Cada motivo apresenta uma força distinta, devido à diferença de personalidade entre os indivíduos (RYAN, DECI, 2000a). Essa diferença fará com que uma pessoa se sinta mais motivada do que outra diante da mesma situação.

Samulski (2002) aponta que o motivo é de natureza cultural, biológica e inata. Cultural pois será moldado de acordo com o contexto sociocultural em que se está inserido. E biológica e inata, pois representa também aspectos inerentes ao ser humano como as necessidades fisiológicas.

As descrições anteriores nos permitem associar diretamente o conceito de “Motivação” à palavra “motivo”. Assim, compreender os motivos que estimulam e impulsionam as ações dos indivíduos parece o ponto de partida para compreender a motivação. Contudo, é possível afirmar que não há ação sem motivação (DECI; RYAN, 2000b).

Muitos termos se associam à motivação, entretanto, precisamos apontar uma definição clara desse conceito. Ao longo dos tempos, estudiosos da Psicologia, tentaram conceituar motivação, o que reflete a preocupação e a dificuldade de apontar uma definição global que incorpore toda a complexidade do termo e ao mesmo tempo delimite fronteiras que permitam distinguir a motivação de outros termos semelhantes.

Ryan e Deci (2000a) definem a motivação como vários aspectos (energia, direção, persistência) que serão responsáveis pela ativação e intenção de um indivíduo iniciar qualquer atividade.

Optamos pela definição de Weinberg e Gould (2008), utilizada amplamente no contexto do Esporte. Essa definição é simples e objetiva e, segundo os autores, a motivação é um conceito geral utilizado para compreender o processo complexo que coordena e orienta a direção e a intensidade de esforço dos indivíduos.

Existem duas dimensões envolvidas no processo de motivação (WEINBERG; GOULD, 2008): direção e intensidade do esforço. Segundo os autores, direção do esforço refere-se ao fato de se buscar algo, ou seja, reflete a ação e pode implicar em um objetivo a ser atingido. A intensidade refere-se ao esforço durante a ação e pode incidir na qualidade empregada nas determinadas ações.

Ao apresentar as definições identificamos duas expressões que aparecem com frequência, são elas: Motivação Intrínseca e Motivação Extrínseca. Assim, verificamos a necessidade de definir cada tipo de motivação.

Ryan e Deci (2000b) elencam dois tipos básicos de motivação de acordo com a origem dos fatores que levam a ação dos indivíduos, ou seja, a motivação intrínseca e a extrínseca. A motivação intrínseca refere-se à origem interna da motivação, de dentro do indivíduo. Assim, ela é apontada como a propensão inata de cada ser humano e revela o interesse espontâneo para realização de determinada tarefa, visando à satisfação (RYAN; DECI 2000a). Dessa forma, identificamos que não há relação com elementos externos.

Há contraste nítido entre os dois tipos básicos de motivação (RYAN; DECI, 2000b). Dessa forma, a motivação extrínseca refere-se à origem externa da motivação, ou seja, de fora da pessoa, o que remete a influência de fatores externos, dentre eles, influências de outras

pessoas, elogios, reconhecimentos e recompensas externas.

Constatamos que as definições da Motivação Intrínseca e Extrínseca são claras e objetivas para delimitar as características de cada uma. Entretanto, corroboramos Ryan e Deci (2000a) que afirmam que a motivação intrínseca e a extrínseca agem em conjunto, dessa forma, nenhuma das duas exerce exclusividade na motivação dos indivíduos.

Assim como as definições, várias teorias da motivação foram propostas e dão suporte ao estudo da motivação. Podemos citar os seguintes exemplos: Teoria da Autodeterminação (DECI; RYAN, 1985); Teoria das Metas de Realização (DUDA, 1993); Teoria da Visão Interacional (WEINBERG; GOULD, 2008).

A Teoria da Autodeterminação (*Self Determination Theory*) proposta por Deci e Ryan (1985). Ela foi estruturada para compreender a motivação e a personalidade dos indivíduos. Essa teoria identifica e define duas fontes principais de motivação, a Motivação Intrínseca e Extrínseca, e como essas atuam no desenvolvimento cognitivo e social das pessoas, considerando as individualidades (DECI; RYAN, 1985; RYAN; DECI, 2000ab). Em síntese, a Teoria considera tanto a quantidade de motivação, quanto os tipos de motivação.

Ainda, essa teoria considera como os fatores socioculturais influenciam as três necessidades básicas apontadas pela teoria: autonomia, competência e relacionamento (parentesco) (DECI; RYAN, 1985; RYAN; DECI, 2000ab).

Vale ressaltar que apesar da Teoria da Autodeterminação ter origem na Psicologia Social e na pesquisa básica, ela foi utilizada em pesquisa aplicadas em outros campos, dentre eles o Esporte (RYAN; DECI, 2007; DECI; RYAN, 2008).

A Teoria da visão interacional de motivação é amplamente discutida no campo do Esporte, e os próprios autores afirmam que seria aquela mais utilizada (WEINBERG; GOULD, 2008).

Weinberg e Gould (2008) propõem que a motivação para a prática esportiva depende da interação de fatores pessoais ou intrínsecos (personalidade, necessidades e objetivos) e situacionais ou extrínsecos (esporte competitivo ou não, estilo do treinador). Os autores acreditam que esse modelo tem muitas implicações para professores, treinadores, instrutores e administradores de programas.

4.8 Motivação e GA

A motivação é essencial para que os futuros ginastas deem seus primeiros saltos, balanços, voos, rotações e aterrissagens na modalidade. Manter os atletas motivados no caminho longo e difícil do esporte de alto rendimento também é uma tarefa complicada.

Identificar as aspirações dos ginastas desde o início da prática é fundamental para compreender o comportamento da motivação ao longo da carreira dos atletas de alto rendimento.

Dessa forma, no caso da GA, alguns estudos analisaram tanto a motivação para o início da prática esportiva quanto para a permanência no alto rendimento (KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997; LOPES; NUNOMURA, 2007; LOPES, 2009; DOWDELL, 2013; COSTA et al., 2017).

Quando tratamos da iniciação esportiva, é importante criar estratégias para incentivar as crianças e os jovens a se envolverem com a GA. A modalidade tem potencial para desenvolver habilidades motoras e capacidades físicas, que poderão auxiliar também em outras modalidades esportivas (LOPES; NUNOMURA, 2007). Nista-Piccolo (2005) ressalta que a variedade de materiais e movimentos envolvidos nesse esporte tem potencial para ampliar o repertório motor e contribuir no desenvolvimento do praticante.

Assim, é comum que as próprias características desafiadoras da prática chamem a atenção dos praticantes no momento da escolha da modalidade (COSTA et al., 2017). A plasticidade e a beleza da execução perfeita de movimentos complexos, associada a aparelhos de grande porte, atraem as crianças e as convida ao movimento, fator que incide diretamente na motivação das crianças (COGAN; VIDMAR, 2000; NISTA-PICCOLO, 2005).

Os pais, geralmente, são os responsáveis por apresentar e enveredar os filhos no universo da GA (LOPES; NUNOMURA, 2007; LOPES, 2009; NUNOMURA, 2009; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2013; 2014; COSTA et al., 2017). Nunomura (2009) aponta que os pais exercem vários papéis na iniciação esportiva dos filhos, como, motoristas, patrocinadores, auxiliares técnicos, fazem rifas para arrecadar dinheiro para uniformes, entre outros papéis importantes.

Além do incentivo dos pais, observamos que as relações sociais que os iniciantes na GA desenvolvem são fortes fatores de motivação extrínseca. Assim, a oportunidade de criar laços de amizade no contexto esportivo atrai as crianças ao ginásio (LOPES; NUNOMURA, 2007; COSTA et al., 2017).

Nos anos iniciais de prática a conduta do treinador também exerce influência na motivação dos praticantes iniciantes (NUNOMURA; CARRARA; OKADE, 2008). Nista-Piccolo (1999) aponta que a GA apresentada de uma forma lúdica, com uma visão pedagógica poderia desenvolver o potencial de todos os praticantes, não só daqueles que buscam o alto rendimento esportivo. A opinião da autora nos permite afirmar que o treinador deveria adotar

essa conduta para maximizar a experiência dos iniciantes, como acrescenta o seguinte texto de Nista Piccolo (1999, p. 114):

Com base em uma visão educacional de um esporte totalmente encampado pela competição, o que se quer é retirar a imagem predominante de esporte de alto nível que a ginástica possui, pois ela perde a essência do esporte quando é inculcada nas crianças, ginastas em potencial, deixando de possibilitar a espontaneidade para se transformar em esporte-espetáculo regrado convencionalmente. Quando é aplicada sem objetivo educacional, o que interessa é a comparação de “performances” e de proezas, porque a intenção é designar o campeão. Esse sistema elitista, que só valoriza os talentosos, não pode e não deve ser desenvolvido na escola, e muito menos em trabalhos de iniciação ao esporte. É preciso acabar com a seleção de crianças, quando se sabe que o direito é de todos e as necessidades de movimento também.

A cobertura midiática também é um fator extrínseco que poderia influenciar os iniciantes (CARVALHO, 2007; LOPES; NUNOMURA, 2007; LOPES, 2009; COSTA et al., 2017). A criação de ídolos esportivos estimula o imaginário dos praticantes que buscam na modalidade a oportunidade de igualar os feitos de seus “super-heróis”.

Essa estimulação também pode fazer com que os iniciantes busquem na prática recompensas materiais (LOPES; NUNOMURA, 2007; LOPES, 2009; COSTA et al., 2017). Segundo os autores, a vontade de participar de grandes competições, como os JO, e, ganhar medalhas e troféus parecem ser o que está mais próximo da realidade das crianças. Por outro lado, há indícios que apontam que a iniciação esportiva é vista como uma oportunidade de ascensão social, pelo reconhecimento financeiro que o esporte poderia proporcionar. Por mais que esteja longe da realidade da GA ganhar dinheiro suficiente para sustentar uma vida após a carreira esportiva.

Os fatores motivacionais de origem extrínseca costumam predominar na iniciação esportiva da GA (COSTA et al., 2017). Entretanto, Lopes e Nunomura (2007) apontam que os praticantes que têm prazer na prática são aqueles que costumam se dedicar mais e, possivelmente, teriam mais chances de sucesso, tanto na permanência na prática esportiva, quanto na ascensão ao alto rendimento da Ginástica.

Identificar os fatores que movem os ginastas ao início da prática é fundamental para identificar suas aspirações e mantê-los motivados ao longo do tempo. Ressaltamos que essa importância não se resume à formação de futuros atletas que abastecem o Esporte de alto rendimento do país, mas para formar atletas engajados na GA e que vivenciem ao máximo as possibilidades dessa incrível modalidade.

Acreditamos que seja fundamental compreender o comportamento da motivação ao longo da carreira esportiva de alto rendimento na GAF. Essa preocupação se justifica pelo fato das ginastas começarem cedo a modalidade e atingirem o ápice durante a adolescência. Dessa forma, Lopes e Nunomura (2007) acrescentam que identificar os fatores que mantêm as atletas engajadas nesse processo é essencial para os treinadores e demais envolvidos na carreira dos atletas nortearem suas práticas.

Na nossa realidade, Lopes e Nunomura (2007) identificaram os fatores motivacionais para permanência na prática de ginastas de 11 a 14 anos, que participam de equipes competitivas de São Paulo. Os resultados das autoras apontam que os principais fatores que influenciaram as atletas foram a família, o treinador, os laços de amizade desenvolvidos no ginásio e os objetivos competitivos na carreira, como ir aos JO. Lopes e Nunomura (2007) enfatizam que o treinador é um dos principais responsáveis por manter as ginastas motivadas e fomentar o prazer pela prática.

Schiavon (2009) em sua tese de doutorado sobre a história de vida de ginastas que representaram o Brasil em JO retrata um pouco os aspectos motivacionais das atletas, apesar desse não ser o foco central de seu trabalho. A autora identificou três fatores essenciais ao longo da carreira das ginastas: os pais, o treinador e o prazer pela prática.

No cenário internacional, destacamos o estudo de Krane, Greenleaf e Snow (1997). Por meio de uma análise contextualizada da carreira esportiva de uma ginasta norte americana e a teoria das metas de realização, as autoras identificaram aspectos importantes desde a iniciação até a ascensão ao alto rendimento. Dentre os principais resultados desse estudo destacamos as dificuldades enfrentadas pela ginasta nos momentos de transição e os efeitos de sua motivação orientada ao ego (*ego involved*) em suas atitudes no treinamento e nas competições.

Ainda, no cenário internacional, Massimo e Massimo (2013) escreveram um livro denominado por eles como “guia para treinadores, ginastas e pais”. Tendo em vista a importância dessa tríade ao longo da trajetória esportiva, destacamos as iniciativas que fornecem direcionamentos práticos embasados no conhecimento científico, algo que beneficiaria os principais envolvidos na GAF.

Nesse tópico discutimos sobre estudos que evidenciam a importância da motivação em todas as fases da carreira esportiva das ginastas. Os trabalhos nos auxiliaram na discussão dos dados e, ainda, nos mostram que podemos avançar ao analisar a carreira esportiva das ginastas brasileiras de maneira contextualizada.

5. MÉTODO

Nesse estudo optamos pela abordagem qualitativa que, segundo Triviños (1992), está centrada em descrever, analisar e interpretar as informações coletadas na investigação com o intuito de entendê-las, de forma contextualizada, sem preocupação em generalizar os dados. Esse tipo de pesquisa responde às questões muito particulares e trabalha com o universo de significados, de motivos, de aspirações, de crenças, de valores e de atitudes. Encontramos na pesquisa qualitativa um caminho satisfatório para nos guiar nessa pesquisa.

5.1 Participantes

Os critérios estabelecidos para selecionar as participantes voluntárias desse estudo foram:

- Ex-ginastas brasileiras que se aposentaram antes dos 20 anos de idade;
- Ter participado da seleção brasileira adulta e representado o país em campeonatos internacionais;
- Período ativo compreendido entre os ciclos olímpicos de 2001-2004 a 2009-2012.

Optamos por entrevistar ginastas que encerraram a carreira esportiva antes dos 20 anos de idade, pois a discussão no referencial teórico corrobora os dados estatísticos da FIG, que revelam que de 1988 a 2012 a média de idade das participantes não ultrapassou os 20 anos de idade, conforme o quadro 2 (FIG, 2016).

Quadro 2 - Média de idade das ginastas participantes dos JO de 1952 a 2016 (FIG, 2016)

Ano JO	Média participantes	Média medalhistas	Idade campeã	Medalhista mais velha	Medalhista mais Jovem
1952	-	-	31	-	-
1956	-	-	22	-	-
1960	-	-	26	-	-
1964	-	-	22	-	-
1968	-	-	26	-	-
1972	-	19.7	19.9	20.6	18.5
1976	-	19.2	14.7	23.8	14.7
1980	-	17.9	19	19	15.8

1984	-	16.3	16.6	17.6	14.8
1988	17.1	17.2	19.5	19.5	15.6
1992	17.3	15.7	15.9	15.9	15.4
1996	17.4	18.4	18	19.8	16.8
2000	17.6	20.3	21	21.6	18.3
2004	17.4	20.2	16.6	25.6	16.6
2008	18.6	17.1	18.8	18.8	16
2012	19.8	17.3	16.6	17.9	16.6
2016	20.29	20.2	19	25	16

Ainda, a literatura internacional que abordou especificamente o encerramento da carreira esportiva de ginastas aponta que, devido às altas demandas do treinamento e ao fato das atletas iniciarem a trajetória atlética em tenra idade, geralmente, a aposentadoria ocorre entre 15 e 19 anos de idade (KERR; DACYSHYN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE; 2008; CLOWES et al., 2012).

Escolhemos o período que compreende os ciclos olímpicos 2004 a 2012, pois este é um marco histórico para GAF do Brasil. Esse período reflete uma grande evolução nacional na modalidade, pois o Brasil começou a participação em JO com a equipe completa, o que coincide com o grande investimento na modalidade, que iniciou-se após os JO de Sidney.

Não incluímos o ciclo Olímpico de 2016, pois era o ciclo vigente no período de realização do estudo.

Contatamos 13 potenciais participantes do projeto via e-mail ou telefone de maneira particular e privativa. Contatos em ginásios e informações obtidas na FIG e na Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), foram o ponto de partida para o recrutamento das participantes voluntárias deste estudo.

Após o primeiro contato, obtivemos resposta de 10 ex-ginastas, mas conseguimos entrevistar 7 participantes.

4.2 Aspectos Éticos da Pesquisa

O presente estudo segue as normativas éticas nacionais da resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

O projeto foi avaliado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EEFERP-USP) (CAAE: 53496116.8.0000.5659 – ANEXOS A).

Para assegurar a confiabilidade do estudo, o anonimato dos participantes e a confidencialidade dos dados, entregamos para cada indivíduo um Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE A).

4.3 Coleta dos dados

Para coleta de dados aplicamos a entrevista semiestruturada que, segundo Amado (2014), consiste em um plano prévio de questionamentos no qual o entrevistador norteia o que julga essencial em se obter, em uma ordem lógica, mas que permite grande liberdade de interação com o entrevistado. Pois, há a possibilidade de que surjam novas perguntas, a partir das respostas e da fluidez que se dá no discorrer dos assuntos tratados com o interlocutor.

A partir do levantamento bibliográfico realizado, o conhecimento sobre o problema e o objetivo do estudo, elaboramos um roteiro para nortear as entrevistas (APÊNDICE B), baseado no seguinte tema gerador: discorra sobre sua carreira na GAF, desde o início até o encerramento.

Entrevistamos os participantes individualmente. Cada entrevista teve em média 45 minutos de duração. Solicitamos a permissão para registrar as entrevistas em gravador digital que, posteriormente, foram transcritas integralmente.

4.4 Análise de dados

Dentre a diversidade de métodos de análise de dados na pesquisa qualitativa, optamos pela técnica da Análise de Conteúdo (BARDIN, 2010).

Trata-se de uma técnica de organização e redução dos dados que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens (BARDIN, 2010). A autora pontua que nessa técnica, os dados são codificados, classificados e categorizados, tornando-se possível a análise sobre as mensagens que emergem do conteúdo das entrevistas e que se referem aos pontos de interesse para a pesquisa.

A organização dos dados, que atende às prerrogativas do método desenvolvido por Bardin (2010), pode ser dividida em três etapas: pré-análise, descrição analítica e a interpretação inferencial.

Na pré-análise o material é organizado para sistematizar as ideias iniciais, a fim de estruturar o esquema de desenvolvimento do plano de análise (BARDIN, 2010). A segunda

etapa é a exploração sistemática do material que tem como base os procedimentos adotados na pré-análise (BARDIN, 2010). A codificação, classificação e a categorização dos dados ocorrem nessa etapa (BARDIN, 2010). Por fim, a terceira etapa consiste na inferência e na interpretação do material coletado (BARDIN, 2010). Nesse estágio buscam-se as causas ou os antecedentes da mensagem, os seus efeitos e consequências e o diálogo com a literatura (BARDIN, 2010).

5. RESULTADOS

Na tabela 1 apresentamos os dados demográficos das participantes do estudo. Essas informações contextualizarão nossas discussões

Tabela 1 - Dados demográficos das participantes

Ginasta	Ginasta 1 (G1)	Ginasta 2 (G2)	Ginasta 3 (G3)	Ginasta 4 (G4)	Ginasta 5 (G5)	Ginasta 6 (G6)	Ginasta 7 (G7)
Idade início na GA	6 anos de idade	5 anos de idade	4 anos de idade	7 anos de idade	4 anos de idade	7 anos de idade	3 anos de idade
Idade de encerramento da carreira na GAF	17 anos de idade	18 anos de idade	19 anos de idade	17 anos de idade	18 anos de idade	19 anos de idade	20 anos de idade
Duração da carreira	11 anos	13 anos	15 anos	10 anos	14 anos	12 anos	17 anos
Tempo de encerramento da carreira na GAF	11 anos	12 anos	14 anos	12 anos	11 anos	5 anos	5 anos
Idade atual	28 anos	30 anos	33 anos	29 anos	29 anos	24 anos	25 anos
Ciclo Olímpico	2005-2008	2001-2004	2001-2004	2001-2004	2001-2004	2009-2012	2009-2012
Naturalidade	Rio de Janeiro	Paraná	Rio de Janeiro	Rio de Janeiro/Rio Grande do Norte	Paraná	Rio de Janeiro	São Paulo
Atuação Profissional	Doutoranda em Saúde mental	Mestranda e Treinadora de GAF	Professora de GAF	Graduanda em Enfermagem	Personal Trainer	Graduanda em Administração	Graduanda em EF

Identificamos três temas e suas respectivas categorias que representam fases importantes da carreira esportiva das ginastas.

Quadro 3 - Tema: Motivação para o início da prática de GA

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO
Motivação Extrínseca	Influência dos Pais
	Características da Prática
Motivação Intrínseca	Prazer pela prática

O quadro 3 apresenta os depoimentos das entrevistadas e revela a influência, tanto da motivação intrínseca, quanto da motivação extrínseca. Entretanto, identificamos que as entrevistas apresentaram maior influência da motivação de origem extrínseca. Encontramos apoio na literatura, pois as ginastas iniciaram na modalidade entre 3 e 7 anos de idade, assim, conforme Weinberg e Gould (2008) as crianças, geralmente, são influenciadas pelo seu meio social.

Analizamos a carreira de ginastas que ascenderam ao alto rendimento esportivo e consideramos toda a complexidade que envolve o treinamento na GAF. Assim, a compreensão dos fatores que mantiveram as ginastas durante anos na modalidade é essencial para contextualizar as experiências ao longo da trajetória esportiva até o momento de encerramento da carreira esportiva.

Tanto a motivação intrínseca como a extrínseca estão presentes nos depoimentos, conforme o quadro 4. Da mesma forma que na categoria anterior, os dois tipos de motivação atuam em conjunto no comportamento dos indivíduos.

Quadro 4 - Tema: Motivação para permanência na GAF

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO
Motivação Extrínseca	Relação com os treinadores
	Influência da equipe
	Influência dos pais
	Recompensas Materiais
Motivação Intrínseca	Jogos Olímpicos
	“Amor” pela GAF
	Auto Reconhecimento

Analizamos o comportamento da motivação ao longo da carreira esportiva das ginastas e pretendemos discutir na seção seguinte as implicações desse processo no encerramento da

carreira na GAF. Assim, no quadro 5 apresentamos os potenciais fatores para a aposentadoria e também os desdobramentos na vida das ginastas. Acrescentamos que essa ideia tem apoio na literatura (LAVALEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALEE, 2008; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

Quadro 5 - Tema: Encerramento da carreira esportiva na GAF

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO
Fatores para o encerramento da carreira esportiva na GAF	Dor e lesões
	Esgotamento psicológico
	Objetivo alcançado
	Chegada da vida adulta
	Renovação da equipe
Transição no final da carreira esportiva na GAF	Adaptações e planejamento no final da carreira da GAF
	Vida pós GAF

6. DISCUSSÃO

6.1 Tema: Motivação para o início da prática de GA

Quadro 6 - Influência dos pais

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Extrínseca	Influência dos pais	<p>G1: Eu comecei num clube local aqui perto de casa, porque meus pais achavam que eu era muito energética e precisava gastar energia.</p> <p>G2: Acho que quando começa muito nova a gente não tem muita escolha, né, é mais o que a família propõe, as atividades que os pais se disponibilizam a te levar.</p> <p>G3: Eu comecei aos 3 ou 4 anos, porque minha mãe não me aturava mais em casa, porque eu era muito espreitada e aí ela tinha que gastar a minha energia de alguma maneira.</p> <p>G4: O que motivou foi minha mãe, porque eu fazia natação, só que assim (...) minha mãe sempre gostou de Ginástica, aula de aeróbica (...) o professor de aeróbica dela falou “ah, sua filha é boa, ela é baixinha, tem todo o biótipo pra fazer Ginástica, coloca ela, que eu tenho um amigo que dá aula”, daí ela conversou com o meu pai e me colocou.</p> <p>G5: (...) eu comecei na Praça Osvaldo Cruz, meus pais sempre me incentivaram, como minha família já era dessa parte de circo e acrobacias, eu achava muito bacana. Então, desde o começo eu tive o apoio da minha família, meu pai principalmente sempre me apoiou, minha mãe também, ela sempre me levava de ônibus, na época a gente nem tinha carro, então eu sempre tive muito apoio dos meus pais.</p> <p>G6: Eu era uma criança muito ativa, não conseguia parar e meus pais me colocaram em muitos esportes.</p> <p>G7: Eu comecei aqui na minha cidade em um centro cultural que se chama Brasil Cultura. Minha mãe me colocou, porque eu não parava quieta.</p>

No caso do presente estudo, identificamos que os pais foram os responsáveis por apresentar a GA para as entrevistadas. As ginastas iniciaram a prática da modalidade entre 3 e 7 anos, por isso a iniciativa de procurar a Ginástica partiu dos pais, que buscaram uma forma

de suas respectivas filhas gastarem energia, como ilustra os depoimentos a seguir: *“Eu comecei num clube local aqui perto de casa, porque meus pais achavam que eu era muito enérgica e precisava gastar energia (G1)”*; *“Eu comecei aos 3 ou 4 anos, porque minha mãe não me aturava mais em casa, porque eu era muito espreitada e aí ela tinha que gastar a minha energia de alguma maneira. (G3)”*; *“Eu era uma criança muito ativa, não conseguia parar e meus pais me colocaram em muitos esportes. (G6)”*; *“Minha mãe me colocou, porque eu não parava quieta. (G7)”*.

Identificamos no depoimento da Ginasta 2 que na iniciação esportiva na GA seus pais foram determinantes na escolha da modalidade: *“Acho que quando começa muito nova a gente não tem muita escolha, né, é mais o que a família propõe, as atividades que os pais se disponibilizam a te levar.”*. A ginasta aponta que eles também eram os responsáveis pela locomoção aos treinos, fato que recebe apoio da literatura (NUNOMURA, 2009; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2013; 2014).

O depoimento nos chama atenção, pois apesar da importância parental na iniciação das ginastas é essencial considerar os interesses das crianças. Headstrom (2004) afirma que muitos pais optam pela modalidade esportiva sem considerar as preferências dos filhos, o que implica negativamente na participação esportiva.

Pinto Sobrinho, Mello e Peruggia (1997) afirmam que certas crenças e costumes da sociedade são transmitidos de pai para filho. Uma das ginastas entrevistadas apontou que o contexto sociocultural do núcleo familiar influenciou diretamente sua iniciação na Ginástica: *“(...) meus pais sempre me incentivaram, como minha família já era dessa parte de circo e acrobacias, eu achava muito bacana. Então, desde o começo eu tive o apoio da minha família, meu pai principalmente sempre me apoiou. (G5)”*. A entrevistada disse que antes de iniciar na GA já participava de espetáculos circenses com a família. Essa imersão no circo despertou o prazer pela Ginástica.

As inter-relações primárias acontecem no núcleo familiar e serão influenciadas pelos gostos da família, que determinarão a carga cultural dos indivíduos (SAMULSKI, 2002). O relato da Ginasta 4 reflete que a influência da mãe e o ambiente social da família foram responsáveis para ela trocar de modalidade esportiva e iniciar na GA:

O que motivou foi minha mãe, porque eu fazia natação, só que assim (...) minha mãe sempre gostou de Ginástica, aula de aeróbica (...) o professor de aeróbica dela falou “ah, sua filha é boa, ela é baixinha, tem todo o biótipo pra fazer Ginástica, coloca ela, que eu tenho um amigo que dá aula”, daí ela conversou com o meu pai e me colocou.

Com base nos depoimentos apresentados nessa unidade de registro, consideramos que o envolvimento dos pais no início da prática esportiva das participantes foi fortemente positivo. Acreditamos que esse apoio no início da carreira esportiva também será essencial nas outras fases desse processo, assim, na categoria seguinte discutiremos a influência da família na permanência no alto rendimento da GAF.

A discussão nesse tópico nos faz refletir sobre a importância da participação ativa e contribuição dos pais na vida esportiva das ginastas. Apesar dos exemplos positivos apresentados, devemos alertar que excessos e descasos comprometeriam negativamente todas as etapas da carreira esportiva na GA, até mesmo contribuiria no abandono da modalidade (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2013, 2014). Assim, é importante que os pais sempre ouçam seus filhos e considerem suas preferências.

Quadro 7 - Características da prática

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Extrínseca	Características da prática	<p>G1: (...) eu só passava o tempo brincando, no início era isso, por isso eu gostava muito.</p> <p>G2: Então eu comecei a treinar, a fazer a Ginástica com 5 anos na praça. Era, assim, escolinha, eram atividades de escolinha duas vezes na semana, desde o início eu gostava muito das atividades, dos aparelhos e tudo.</p> <p>G3: Então, eu acho que meu início foi muito bom, minha base foi muito boa. Então, eu acho que a iniciação lúdica, brincando, lógico que com toda responsabilidade e disciplina que qualquer Esporte de alto rendimento tem (...) mas essa iniciação lúdica, sem tanta obrigação, sem ter competição para ir, sem ter resultados pra mostrar, eu acho que influencia sim lá na frente.</p> <p>G6: Pra mim o diferencial da Ginástica é que eram coisas muito diferentes, você aprendia coisas novas a cada dia, por exemplo, eu lembro que eu fiz natação e eu odiava ficar indo e voltando na piscina, enfim, a Ginástica é diferente, pra criança ainda mais, porque brilham os olhos, poxa, as meninas conseguem saltar, voar e é muito desafiador, eu sempre fui muito competitiva, acho que foi isso que me motivava muito.</p>

Nossos resultados mostram que o principal diferencial no momento da escolha e no engajamento na modalidade é a variedade de coisas novas que os praticantes aprendem a cada

dia na iniciação na GA, conforme o discurso da Ginasta 6: *“Pra mim o diferencial da Ginástica é que eram coisas muito diferentes, você aprendia coisas novas a cada dia (...)”*. Esses resultados são apoiados pela literatura, que revela que os próprios movimentos ginásticos são fontes de motivação no início da prática esportiva (MIRANDA; RIBEIRO, 1997; LOPES; NUNOMURA, 2007; COSTA et al., 2017).

Cogan e Vidmar (2000) reforçam que a diversão proporcionada pela modalidade é um fator importante na iniciação dos jovens ginastas. Os autores revelam que a sensação de voar, os desafios presentes na prática e a sensação de domínio do corpo proporcionada faz com que os praticantes se apaixonem pelo esporte.

No discurso das participantes identificamos que a iniciação esportiva na GA ocorreu de maneira lúdica nas escolinhas de Ginástica, por meio da exploração dos atrativos da modalidade que foram inumerados anteriormente.

Smoleuskiy e Gaverdousky (1998) citam que a utilização de jogos e competições que envolvem saltos, corridas, exercícios nos aparelhos de Ginástica, para assimilar posturas e os fundamentos da modalidade, são essenciais na motivação dos jovens ginastas.

Frente aos casos de especialização precoce recorrentes na GA, podemos afirmar que na iniciação esportiva das ginastas entrevistadas as etapas da formação não foram aceleradas, desconsideradas ou antecipadas. Apesar de se tratar de ginastas de alto rendimento as participantes revelaram que no início não havia pressão por resultados em competições, era uma prática prazerosa, na qual a diversão estava presente na maioria das vezes, conforme o depoimento da ginasta 3:

“(...) eu acho que a iniciação lúdica, brincando, lógico que com toda responsabilidade e disciplina que qualquer Esporte de alto rendimento tem (...) mas essa iniciação lúdica, sem tanta obrigação, sem ter competição para ir, sem ter resultados pra mostrar, eu acho que influencia sim lá na frente.”

O discurso das ginastas corrobora Bergeron et al. (2015), que afirmam que na iniciação esportiva na GA o prazer pela prática e a exploração das características atrativas da modalidade devem ser respeitados antes de avançar para as demais etapas da formação esportiva das atletas.

Quadro 8 - Prazer pela prática

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Intrínseca	Prazer pela prática	G2: Eu fazia os dois, tanto Natação quanto Ginástica, mas eu gostava muito mais da Ginástica, então eu quando minha mãe falou que tinha que escolher eu acabei optando por Ginástica, não tive dúvidas. G4: No começo foi recreativo, mais pra lazer e aí eu fui melhorando, fui amando a Ginástica.

A motivação intrínseca se relaciona com os fatores emocionais (DECI; RYAN, 1985). Assim, o prazer pela prática esportiva é um sentimento que desperta o desejo dos praticantes de se divertirem com o esporte, terem orgulho de praticar a modalidade e querer aprender o máximo de habilidades possíveis (WEINBERG; GOULD, 2008).

Weinberg e Gould (2008) pontuam que fazemos melhor aquilo que gostamos e no caso do presente estudo identificamos duas ginastas que desde a iniciação esportiva destacam que a paixão pela Ginástica foi detectada no início e foi um fator importante para escolher e aderir a modalidade.

Na iniciação esportiva, geralmente, as crianças praticam mais de uma modalidade, algo importante para desenvolver o repertório motor e identificar quais são suas preferências. A Ginasta 2 afirmou que praticava GA e natação, até que chegou o momento em que teve que optar apenas por uma modalidade, pois as demandas das duas modalidades aumentaram. Ela afirma que não teve dúvidas e optou pela Ginástica, pois essa era a modalidade que despertava o prazer na realização de cada movimento.

A literatura aponta que esse sentimento é essencial no desenvolvimento dos atletas, pois eles serão comprometidos não apenas com os resultados, mas com a modalidade em si (KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997; WEINBERG; GOULD, 2008). Ainda, os autores pontuam que esses atletas têm mais facilidade para superar adversidades e continuar no esporte.

Nos discursos apresentados no quadro 8 identificamos que a ludicidade e a exploração da variedade de movimentos belos da GA tem potencial para despertar o prazer pela prática dos ginastas iniciantes. Assim, desenvolver o gosto pela prática desde a iniciação é fundamental para desenvolver ginastas comprometidos e que superarão os vários obstáculos que, geralmente, existem na carreira de um ginasta de alto rendimento.

6.2 Tema: Motivação para permanência na GAF

Quadro 9 - Relação com o(s) treinador(es)

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Extrínseca	Relação com o(s) treinador(es)	<p>G1: O [REDACTED] sempre foi uma relação muito leve, [REDACTED] ele sempre foi o aliviador de todas as questões, sabe? Eu acho, inclusive, que ele foi uma das pessoas responsáveis por quase todas as meninas do Flamengo conseguirem prolongar pouca coisa a carreira (...)</p> <p>G1: “o [REDACTED] é uma pessoa maravilhosa (...) [REDACTED] acho que foi o melhor técnico que eu conheci na minha vida (...) eu gosto dele de paixão, ele é um cara que me ensinou Ginástica e começou me ensinar que eu tinha algum valor, acho que ele foi um divisor de águas na minha vida, de tentar entender o que eu estava fazendo ali (...) ele foi o técnico que eu acredito que todos deveriam ser, ele é um cara que motiva os atletas, ele é um cara que conversa com a gente, ele é o cara que consegue tirar o seu melhor no treinamento (...) eu tinha uma relação muito boa com ele, até hoje a gente as vezes troca alguma mensagem e tal. Ele tinha uma relação boa com meus pais também, ele fazia questão disso, ele é uma joia rara”</p> <p>G2: (...) quando ela chegou eu comecei a melhorar bastante na Ginástica. Até então eu era muito fraquinha assim, eu não era uma das melhores do meu grupo. Quando ela chegou, nossa, minha evolução foi muito rápida, foi questão de um ano e eu já tinha ganho um campeonato brasileiro. Deu pra ver uma diferença muito grande, tanto que sempre que me perguntam eu falo que graças a ela que minha carreira de ginasta deu certo.”</p> <p>G2: Com a [REDACTED] eu sempre tive uma ligação muito forte, ela que me tolerou dentro do treino, porque eu não era fácil de treinar, eu era bem chata, chata mesmo. E, assim, ela cobrava, exigia, cobrava peso, cobrava tudo isso, mas ao mesmo tempo tinha um carinho muito grande por ela, sabe? Então eu respeitava, tinha aquela hierarquia, só que era uma relação engraçada a minha com ela, porque quando eu não conseguia treinar e ela virava a cara pra mim, isso acabava comigo, nossa senhora, era o fundo do poço ficar sem ela olhar o que eu estava fazendo, entendeu? Então eu gostava muito de ter atenção, que ela ficasse olhando, que ela ficasse corrigindo. A gente tinha uma relação bem próxima e tem até hoje.</p>

		<p>G3: (...) esse técnico russo me entendia (...) eu acho que foi importante que ele me conhecesse, isso me ajudou muito.</p> <p>G3: Meu técnico russo infelizmente já morreu, mas foi uma pessoa que foi meu pai durante 4 anos, acho que ele me queria mais bem do que ele queria a filha dele, só tinha a agradecer, a minha relação era muito boa”</p> <p>G3: A [REDACTED] foi a minha última treinadora, por mais que ela fosse o cão chupando manga com as outras pessoas, eu trabalhei com ela até dois anos atrás, então depois que eu sai da Ginástica ela que me abriu várias portas (...) o meu relacionamento com os meus técnicos eu posso dizer que foi muito bom, isso foi importante na minha carreira”</p> <p>G4: O [REDACTED] também, acho que se não fosse o [REDACTED] eu não teria entrado na seleção (...) se não fosse o [REDACTED] eu não teria ido longe</p> <p>G4: Acho que nessa relação o treinador é aquele que mais pega no seu pé, porque é o que mais gosta de você, aquele que fica reclamando, que repete, repete, repete, esse aí quer que você seja campeã, isso me motivava bastante</p> <p>G5: O [REDACTED] não falava muito bem o português, a gente se comunicava o básico dentro do ginásio mesmo, ele era uma pessoa muito rígida, muito exigente, mas fora do ginásio ele era uma pessoa completamente diferente, ele dava risada, e não queria saber o que a gente fazia fora, mas a gente tinha que cumprir as exigências dele, mas se a gente quisesse sair e passear ele liberava, ele era bem bacana nessa questão.</p> <p>G6: (...) eu sempre fui muito comunicativa, então eu sempre gostei de ter um diálogo (...) eu tive relações bem próximas com os meus técnicos. Assim, isso é bom e é ruim, é ótimo, porque eles lutavam muito por mim e entendiam, mas ao mesmo tempo eles queriam muito, era uma cobrança muito grande, mas a gente cobra de quem a gente gosta, de quem a gente sabe que pode, mas eu sempre fui muito de conversar e isso foi legal ao longo da minha carreira, essa liberdade era interessante.”</p> <p>G7: (...) ele sempre acreditou em mim, foi esse meu treinador que foi comigo pra Curitiba e consequentemente quando eu fui pro Rio ele já estava lá, então é como se eu tivesse crescido totalmente com ele.</p>
--	--	---

Dentre os diversos fatores importantes para o sucesso na carreira esportiva de um atleta de alto rendimento destacamos a relação treinador-atleta. A convivência diária e quase integral conduz a uma interação social que será responsável por direcionar as aspirações e

motivações da formação esportiva e humana ao longo do desenvolvimento do atleta (LYLE, 2002; MARTENS, 2004).

A literatura aponta que no caso da GAF ainda predomina um padrão autocrático na relação atleta-treinador (LAVALEE; ROBINSON, 2007; BARKER-RUCHTI; TINNING, 2010; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). Segundo Bortoleto (2007) e Oliveira (2014), na microcultura de um ginásio de alto rendimento há uma hierarquia de ordens, na qual o treinador tem a palavra e as ginastas tem a função de cumprir as ordens.

Dessa forma, as ginastas costumam ser dependentes do treinador e são ensinadas a agir sem questionar (RYAN, 1995). Assim, é comum que os treinadores de GAF tenham a fama de ser ríspidos e algumas vezes truculentos (BARKER-RUCHTI, 2011; PINHEIRO et al., 2014). Essa cultura pode conduzir a uma relação problemática, pois há normalização de gritos e humilhações por parte dos treinadores, que caracterizaria uma forma de abuso (PINHEIRO et al., 2014).

Por outro lado, para atingir o sucesso na carreira esportiva é importante que a ginasta desenvolva uma relação mútua de dedicação, confiança e lealdade com seu treinador (ARKAEV, 2004). Do ponto de vista da motivação é essencial que o treinador tenha uma relação de qualidade, conheça as aspirações de suas ginastas e conduza seu trabalho para atingi-las (LOPES; NUNOMURA, 2007; NUNOMURA; OKADE; CARRARA, 2008; MASSIMO; MASSIMO, 2013).

Verificamos no presente estudo que a relação com os treinadores foi um fator determinante para as ginastas enfrentarem os obstáculos durante a trajetória esportiva e se manterem no alto rendimento da GAF. Os discursos apresentados no quadro 9 refletem experiências positivas das entrevistadas com seus respectivos treinadores e reforçam a literatura sobre a importância da qualidade dessa relação na permanência na GAF (LOPES; NUNOMURA, 2007; NUNOMURA; CARRARA; OKADE, 2008; MASSIMO; MASSIMO, 2013).

Oliveira (2014) afirma que as características da GAF fazem com que a relação ginasta-treinador seja peculiar, pois envolve um contato físico (corporal). Assim, os treinadores se referem aos ginastas com “seus/suas” e os protegem, guardam e cuidam como um bem precioso (OLIVEIRA, 2014).

Nesse sentido, os discursos da Ginasta 2 refletem essa confiança mútua e necessidade de atenção da parte do treinador:

“(...) quando ela chegou eu comecei a melhorar bastante na Ginástica. Até então eu era muito fraquinha assim, eu não era uma das melhores do meu grupo. Quando ela chegou, nossa, minha evolução foi muito rápida, foi questão de um ano e eu já tinha ganho um campeonato brasileiro. Deu pra ver uma diferença muito grande, tanto que sempre que me perguntam eu falo que graças a ela que minha carreira de ginasta deu certo.”

“Com a [REDACTED] eu sempre tive uma ligação muito forte, ela que me tolerou dentro do treino, porque eu não era fácil de treinar, eu era bem chata, chata mesmo. E, assim, ela cobrava, exigia, cobrava peso, cobrava tudo isso, mas ao mesmo tempo tinha um carinho muito grande por ela, sabe? Então eu respeitava, tinha aquela hierarquia, só que era uma relação engraçada a minha com ela, porque quando eu não conseguia treinar e ela virava a cara pra mim, isso acabava comigo, nossa senhora, era o fundo do poço ficar sem ela olhar o que eu estava fazendo, entendeu? Então eu gostava muito de ter atenção, que ela ficasse olhando, que ela ficasse corrigindo. A gente tinha uma relação bem próxima e tem até hoje.”

A relação intensa da ginasta com sua treinadora reflete que a atenção por parte do treinador incidiu diretamente na sua motivação para permanecer naquele contexto. Destacamos, também, que segundo a entrevistada a treinadora sabia como treina-la, ou seja, conhecia suas particularidades. Esse respeito mútuo é essencial para o desenvolvimento do atleta e segundo a Ginasta 2 foi imprescindível para que sua carreira na GAF “desse certo”. Algo semelhante foi destacado pela ex-ginasta Amanda Bordon citada por Cogan e Vidmar (2000, p. 125): “Mary Lee (Tracy) fez muitas coisas certas. Para ser bem sucedido você tem que trabalhar juntos. Nosso relacionamento foi a chave para o nosso sucesso.”.

Gervis e Dunn (2004) afirmam que o relacionamento entre atleta e treinador pode ser considerado como a interação mais significativa que jovens atletas têm com um adulto. No caso da GAF, por se tratarem, geralmente, de ginastas jovens e treinadores mais velhos do sexo masculino essa relação é tão forte que pode ser confundida com uma relação parental, conforme o discurso da Ginasta 3: *“Meu técnico russo infelizmente já morreu, mas foi uma pessoa que foi meu pai durante 4 anos, acho que ele me queria mais bem do que ele queria a filha dele, só tinha a agradecer, a minha relação era muito boa”*

O depoimento reforça a influencia do treinador e a confiança extrema nele, conforme o trecho da biografia da grande ginasta Nadia Comaneci (p.53): “eu confiava à Bela (seu treinador) a minha vida dentro do ginásio.”.

Por outro lado a Ginasta 2 tem consciência que da hierarquia presente no ginásio, como vemos no seguinte discurso:

“O treinamento era assim, faz e obedece, faz e obedece. Tinha vezes que eu obedecia contrariada, não era só flores, entendeu? Eu obedecia não gostando daquilo, só que... quando você fala isso eu lembro que eu sentia tipo um

incomodo em mim, porque eu não estou obedecendo porque é minha vontade, eu estou obedecendo porque você está me obrigando a fazer.”

A frase “nem tudo são flores” revela que apesar do fator motivacional e da positividade nas relações apresentadas, há experiências negativas ao longo da carreira das ginastas com os treinadores, como revela o discurso da Ginasta 1:

Minha relação com a [REDACTED], sempre tive uma relação de submissão, de medo, de angustia, de raiva, de impotência, isso sempre foi muito claro, de invasão, eu sempre me sentia muito invadida por ela, porque ela gostava sempre de saber de tudo da nossa vida, mas não era uma questão amigável “como é que você está? E aí, está tudo bem?”, era uma questão de impor as coisa na sua vida, sabe? (...) Mas eu lembro que isso me magoava muito, essa coisa de te escorraçar.

Estudos recentes contestam a passividade das ginastas perante os treinadores e que geram experiências negativas como a descrita pela ginasta 1 (BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016; BARKER-RUCHTI et al., 2016; KERR et al., 2017). Por isso é importante que os treinadores deem mais independência, dividam as responsabilidades com suas ginastas e além de tudo respeitem o atleta como um ser humano que tem sentimentos.

Massimo e Massimo (2013) pontuam que a chave para o sucesso na GA está no diálogo. Nesse sentido a Ginasta 6 destaca que na sua carreira foi importante que os treinadores conhecessem e respeitassem que ela fosse uma pessoa comunicativa e participativa nas decisões:

(...) eu sempre fui muito comunicativa, então eu sempre gostei de ter um diálogo (...) eu tive relações bem próximas com os meus técnicos. Assim, isso é bom e é ruim, é ótimo, porque eles lutavam muito por mim e entendiam, mas ao mesmo tempo eles queriam muito, era uma cobrança muito grande, mas a gente cobra de quem a gente gosta, de quem a gente sabe que pode, mas eu sempre fui muito de conversar e isso foi legal ao longo da minha carreira, essa liberdade era interessante.”

Oliveira (2014, p.118) afirma que ainda é comum que as ginastas sejam tratadas como “máquinas disciplinadas” e que os treinadores desconsideram o senso crítico de suas atletas. Entretanto, ao longo da discussão desse tópico identificamos indícios que apontam para mais liberdade e independência.

Ressaltamos a importância da qualidade da relação ginasta-treinador na motivação para as ginastas permanecerem na GAF e no desenvolvimento de sua carreira esportiva. Corroboramos Lopes e Nunomura (2007), que afirmam que os treinadores talvez sejam o principal fator motivador para a permanência no esporte. Ainda, conforme Krane, Greenleaf e Snow (1997) evidenciamos que essa relação é essencial para o sucesso dentro e fora do ginásio.

Quadro 10 - Influência da Equipe

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Extrínseca	Influência da equipe	<p>G2: (...) eu acho que a amizade, a cooperação uma com a outra e a competitividade, são os fatores bem interessantes (...) não é uma competitividade negativa, sabe? Poxa, mas se ela está fazendo eu também quero. Uma vai puxando a outra e vai ajudando.</p> <p>G4: No começo eu sentia saudade, depois acostumamos uma com as outras, eu sou filha única e elas eram como se fossem minhas irmãs, uma ajudava a outra, uma fazia massagem na outra, que estava cansada, morta, depois a gente ia pra fisioterapia.</p> <p>G6: (...) quando você está treinando em equipe tem mais meninas do que a quantidade de vagas, então você se supera a cada dia, você está mal, mas sempre tem alguém naquele dia que está bem, você não vai querer ficar pra trás, então, assim, essa competição é uma competição saudável e diária, você tira força, você vê que tem gente ali competindo com você.</p> <p>G6: No evento teste, quando a gente classificou pra Olimpíada, foi um momento de extrema dificuldade, a gente veio de um mundial pré-olímpico que a gente não conseguiu classificar e foi muito ruim pra gente e aí foi uma coisa de superação de equipe, de unir forças e fazer tudo o que a gente podia, porque uma não ia conseguir, ou todo mundo fazia o seu melhor ou ninguém ia.</p>

Para atingir o alto rendimento e, consequentemente, o tão almejado lugar no pódio as ginastas costumam mudar de ginásio em busca de treinadores renomados e melhores condições de treino (RYAN, 1995; KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997; BARKER-RCUCHTI; SCHUBRING, 2016). A partir do momento em que as atletas se propõem a treinar com foco nos maiores campeonatos da modalidade o número de horas de treinamento aumenta consideravelmente (NUNOMURA; PIRES; CARRARA, 2009). Com isso podemos afirmar que as ginastas convivem diariamente e integralmente com os indivíduos que fazem parte do contexto sociocultural do ginásio, dentre eles, os treinadores, equipe multidisciplinar e as colegas de equipe.

Na GAF há disputa por equipes, e isso traz o espírito coletivo no ginásio de treinamento e nas competições. Ainda, as ginastas treinam juntas para o mesmo fim, com os mesmos treinadores, ainda que possam ser concorrentes nas competições individuais.

Dessa forma, o relacionamento com as colegas de equipe foi apontado por Krane, Greenleaf e Snow (1997) como um fator importante e que incide diretamente na motivação das ginastas. Destacamos que isso pode afetar a motivação positivamente ou negativamente.

As ginastas entrevistadas fizeram parte do CT de Curitiba. Com essa centralização as ginastas que não viviam na cidade tiveram que se mudar para se dedicarem integralmente aos treinos, assim, muitas jovens ginastas foram viver no alojamento do CT (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012).

Dentre as 7 entrevistadas, 5 ginastas tiveram que mudar de cidade para integrar a seleção brasileira, 3 ginastas vieram do Rio de Janeiro, 1 ginasta veio de São Paulo e 1 ginasta do Rio Grande do Norte. Tendo em vista as dimensões continentais do Brasil e as diferenças climáticas e culturais entre os estados, no início houve dificuldades de adaptação, como vemos no discurso: *“Era muito ruim (treinar em Curitiba), eu saia completamente do meu (...) Curitiba era um frio do caramba e eu morava no Rio de Janeiro, eu morava em São Paulo na época, mas a gente sofria muito. (G3)”*; *“Logo que eu cheguei em Curitiba foi complicado, teve preconceito por causa do meu sotaque, eu vim lá de Natal, né (...) (G4)”*.

A Ginasta 4 se mudou de Natal (RN) para Curitiba com 13 anos de idade, no início sua mãe a acompanhou, mas depois de certo tempo a mãe foi embora e ela destaca o apoio da equipe como um fator essencial para que se mantivesse motivada e continuasse se dedicando aos treinamentos, pois havia ajuda mútua entre as colegas, as quais segundo o depoimento ela chama de “irmãs”:

No começo eu sentia saudade, depois acostumamos uma com as outras, eu sou filha única e elas eram como se fossem minhas irmãs, uma ajudava a outra, uma fazia massagem na outra, que estava cansada, morta, depois a gente ia pra fisioterapia.

Oliveira, Sousa e Stark (1999) destacam que o meio social e os vínculos de amizades estabelecidos em determinada prática esportiva podem motivar ou desmotivar os indivíduos a permanecerem no esporte. Segundo o depoimento da Ginasta 4 identificamos que o fato dela estar longe do ambiente familiar e convivendo diariamente com as colegas de equipe estreitou os laços de amizade e sua percepção dessa relação fez com que ela se motivasse e superasse as dificuldades de adaptação e do treinamento intenso do CT.

O convívio diário no ginásio, apesar de estreitar os laços de amizade, também cria um ambiente competitivo (KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997; BARKER-RUCHTI, 2011; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). As ginastas treinam intensamente e algumas vezes a comparação social ocorre diretamente com as colegas de treino. Krane, Greenleaf e Snow (1997) destacam que essa comparação social poderia afetar o clima motivacional do ginásio de maneira positiva ou negativa. Os indivíduos com a motivação orientada ao Ego (“Ego-involved”) se motivarão quando se saírem melhor que os colegas, mas se desmotivarão facilmente e criarão um ambiente metaforicamente comparado a uma guerra quando forem ou se sentirem superados pelos próprios companheiros de equipe (KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997).

Visto o cenário negativo que pode ser criado em uma equipe, acreditamos que o treinador deve estimular uma competição saudável e, conseqüentemente, não criar uma desunião entre suas ginastas, como a Ginasta 1 aponta no seguinte discurso:

O [] foi um excelente e um péssimo técnico ao mesmo tempo. [] é muito bom técnico em questão técnica de Ginástica mesmo, de conseguir te extrair o melhor em treinamento. Mas ele é uma pessoa não muito boa, ele gosta muito de uma fofoca, de uma história, de inventar uma história, de colocar uma pessoa contra a outra, de falar mal de uma menina com você pra te deixar mal com ela, de causar um desconforto “fulana de tal está melhor e você sabe que ela vai pra tal competição”, tem gente que pode achar isso construtivo, eu não acho, causa uma desunião na equipe, uma desunião entre as pessoas, eu acho isso desagradável. Ele é uma pessoa boa, mas ele tem essa característica enraizada de fofoca, eu acho nem um pouco legal, eu acho que ele como tutor deveria ter um pouco mais de cautela com esse tipo de coisa.

Apesar da constatação da Ginasta 1, os discursos apresentados no quadro 10 mostram que a comparação com as próprias colegas de treinamento ocorreu diariamente. Porém, as entrevistadas afirmam que havia uma “competição saudável” que as instigava a buscar o melhor desempenho, mesmo nos dias em que elas não se sentiam muito bem. A ginasta 6 destaca que o fato de haver mais ginastas do que o número de vagas para participar dos campeonatos acirra essa competição dentro do ginásio e as motiva a se superarem:

(...) quando você está treinando em equipe tem mais meninas do que a quantidade de vagas, então você se supera a cada dia, você está mal, mas sempre tem alguém naquele dia que está bem, você não vai querer ficar pra trás, então, assim, essa competição é uma competição saudável e diária, você tira força, você vê que tem gente ali competindo com você.

A ginasta 6 ainda destacou que apesar da competitividade durante o treinamento, a união de forças com as colegas de equipe é essencial durante as competições:

No evento teste, quando a gente classificou pra Olimpíada, foi um momento de extrema dificuldade, a gente veio de um mundial pré-olímpico que a gente não conseguiu classificar e foi muito ruim pra gente e aí foi uma coisa de superação de equipe, de unir forças e fazer tudo o que a gente podia, porque uma não ia conseguir, ou todo mundo fazia o seu melhor ou ninguém ia.

No depoimento a ginasta destaca um importante momento no evento teste dos JO de Londres (2012), no qual segundo ela não seria possível classificar para os jogos se todas as ginastas não unissem suas forças e trabalhassem como uma equipe.

Ao longo desse tópico identificamos que a cooperação e a competitividade são fatores importantes dentro de uma equipe de GAF durante os treinamentos e nas competições, quando todas as ginastas buscam um objetivo em comum.

Ainda, do ponto de vista da cooperação e interação social diária entre os membros da equipe as ginastas buscaram satisfazer a necessidade de relacionamento, uma das três necessidades básicas a partir da teoria da autodeterminação de Deci e Ryan (1985).

Apesar de todas as ginastas que apontaram a influência da equipe como algo fundamental para permanecerem motivadas no alto rendimento, é preciso que os treinadores reforcem os laços de amizade, a união e a competição “saudável” dentro da equipe, tendo em vista os casos apresentados pela literatura, na qual os colegas de time são vistos como adversários (KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997).

Quadro 11 - Influência dos pais

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Extrínseca	Influência dos pais	<p>G2: A Família, né, porque não é fácil aguentar uma menina que treina o dia inteiro, chega cansada, chega com dor, chega reclamando, entendeu? A minha mãe sempre (...) o meu pai não gostava de ouvir nada de que eu reclamasse, ele “então sai dessa Ginástica, já que é tão difícil”, ele falava. Minha mãe não, minha mãe falava “██████, você vai, você vai, você vai”, então eu devo muito a ela, porque o apoio que ela me deu foi essencial.</p> <p>G3: incentivo e dedicação da minha família, porque sem eles era impossível, né, minha mãe largou meu pai e meu irmão no Rio de Janeiro e foi morar comigo em São Paulo, porque eu não queria treinar com essa técnica aqui no Rio, acho que a dedicação foi primeiramente deles.</p>

		<p>G4: Minha mãe acreditava em mim, ela falava que ia ao ginásio, mas não queria que as pessoas vissem que ela estava assistindo o treino, aí ela falou que ficava assistindo do burquinho da janela (...) ela foi essencial.</p> <p>G5: (...) Acho que minhas maiores referências foram meu pai e minha mãe, que nunca deixaram desistir, porque é lógico que teve dias que eu pensei em desistir, por causa das lesões também, tinha época que a gente ficava mais de um mês machucada e pensava em desistir e meu pai e minha mãe davam bastante força, eu acho que foram os dois mesmo que me incentivaram.</p> <p>G6: (...) quando eu tinha 12 anos eu me machuquei e depois que eu tive essa lesão eu fiquei mais ou menos um ano sem treinar, estava meio desmotivada e meus pais fizeram a proposta de eu ir treinar em Curitiba, como se fosse uma última tentativa.</p> <p>G7: (...) a minha mãe foi a única pessoa que esteve comigo em todos os momentos.</p>
--	--	---

Na categoria anterior discutimos a importância dos pais para fornecer os meios e recursos necessários para as ginastas iniciarem e se engajarem no universo da GA. Após as atletas iniciarem a carreira esportiva no alto rendimento da GAF identificamos que os pais, juntamente com treinadores e entidades que regulamentam a modalidade, são os principais envolvidos na trajetória esportiva das ginastas (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2013, 2014).

Além dos diversos papéis desempenhados pelos pais no início da carreira esportiva, (NUNOMURA, 2009; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2013, 2014), com a ascensão das filhas alguns pais assumem o papel de psicólogos, auxiliares do treinador, auxiliares da nutricionista, além de serem grandes líderes de torcida.

Ainda nessa fase da carreira esportiva das ginastas encontramos exemplos de pais envolvidos demasiadamente com a carreira das filhas, que cobram, pressionam, ajudam o treinador sem contestação (KERR; BERMAN; SOUZA, 2006; PINHEIRO et al., 2014). Por outro lado, há aqueles que se preocupam minimamente com o esporte das filhas, outros que apoiam na medida certa e se desdobram para realizar as aspirações das ginastas no esporte, como alguns exemplos que encontramos no presente estudo.

Destacamos o depoimento da ginasta 2 que afirma que sua mãe foi uma das pessoas mais importantes em sua carreira, pois além de fornecer os subsídios para ela permanecer motivada no treinamento, a matriarca da família “aturava a ginasta”, que chegava em casa

cansada e muitas vezes desanimada do treino, enquanto que seu pai não gostava tanto de ouvir as reclamações:

(...) não é fácil aguentar uma menina que treina o dia inteiro, chega cansada, chega com dor, chega reclamando, entendeu? A minha mãe sempre (...) o meu pai não gostava de ouvir nada de que eu reclamasse, ele “então sai dessa Ginástica, já que é tão difícil”, ele falava. Minha mãe não, minha mãe falava “██████, você vai, você vai, você vai”, então eu devo muito a ela, porque o apoio que ela me deu foi essencial.

A mesma ginasta (G2) destaca a importância da tríade atleta, família e treinador. Segundo a entrevistada o contato direto entre sua treinadora e sua mãe facilitava o controle de aspectos importantes para sua carreira na GAF, como, o nutricional e a manutenção do peso, conforme depoimento:

A ██████ sempre falava pra ela (mãe), quando eu engordava a ██████ (treinadora) ia lá e falava pra minha mãe e a aí minha mãe me cobrava em casa, por isso que enchia meu saco, porque cobrava no ginásio, cobrava em casa. Só que se minha mãe não me cobrasse em casa o que ia virar? Eu engordei e minha mãe “Toma filha, come macarrão a noite”. Então, por isso eu acho que foi muito importante esse triângulo que era eu, o treinador e a família.

A partir do discurso da Ginasta 2 identificamos que sua percepção da cobrança do treinador associado àquela da mãe a desagradava no exato momento, mas posteriormente ela entendeu que era algo necessário.

No estudo de Pinheiro et al. (2014) uma das ginastas portuguesas entrevistadas afirmou: “Minha mãe fazia tudo pelo treinador. Se ele falasse que eu só podia comer uma laranja ela só me dava uma laranja” (p. 446). A partir desse depoimento ressaltamos que, apesar, da importância da qualidade da relação parental com os treinadores, o bom senso sempre é necessário de ambas as partes, de modo que o bem estar das ginastas não seja negligenciado.

Conforme discutimos anteriormente estudos relatam a dificuldade que as ginastas enfrentam quando saem de casa para treinarem em Centros de treinamento com estrutura de ponta e treinadores renomados (RYAN, 1995; KRANE; GREENLEAF; SNOW, 1997; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). No caso do presente estudo citamos que 5 ginastas se mudaram para Curitiba para integrar a seleção brasileira permanente de GAF. No depoimento da Ginasta 3 identificamos a importância atribuída a ela para sua mãe que se mudou de cidade com ela para apoiar sua carreira esportiva:

(...) incentivo e dedicação da minha família, porque sem eles era impossível, né, minha mãe largou meu pai e meu irmão no Rio de Janeiro e foi morar comigo em São Paulo, porque eu não queria treinar com essa técnica aqui no Rio, acho que a dedicação foi primeiramente deles.

Os depoimentos das ginastas 5 e 6 apresentados no quadro 11 mostram também a importância dos pais na motivação após as lesões, que fazem parte de um período complicado da carreira de qualquer atleta de alto rendimento. A ginasta 5 atribui a seus pais a principal fonte de motivação para permanecer no treinamento após um momento de lesão em sua carreira. A ginasta 6 afirma que seus pais que propuseram que ela se mudasse para Curitiba e tentasse uma vaga na seleção brasileira, ela afirma que essa foi a última tentativa de prosseguir na carreira após uma lesão com apenas 12 anos de idade. Constatamos que sem esse apoio parental a entrevistada não teria realizado seu sonho de participar de uma edição de JO.

O estudo de caso de Barker-Ruchti e Schubring (2016) revela que a influência dos pais ao longo da carreira esportiva e principalmente em momentos de dificuldade e transição, são essenciais para auxiliar as ginastas superarem as dificuldades do alto rendimento da GAF.

Os depoimentos apresentados nessa unidade de registro indicam grande positividade nas ações dos pais das ginastas e acreditamos que esse envolvimento e apoio incondicional relatado foi essencial para as ginastas permanecerem motivadas se considerarmos as inúmeras dificuldades da carreira de uma ginasta. Entretanto, a literatura aponta para alguns aspectos negativos quando tratamos do suporte parental na carreira esportiva de jovens atletas, por exemplo, pressão exacerbada por parte dos pais, pais que apoiam incontestavelmente os treinadores, pais que veem nos filhos a oportunidade de ascender socialmente (mesmo que a GAF do Brasil não seja promissora financeiramente), entre outros aspectos apontados por estudos anteriores (KERR; BERMAN; SOUZA, 2006; PINHEIRO et al., 2014).

Assim, é importante que todos os pais saibam e não se esquivem da sua responsabilidade no apoio da carreira esportiva das ginastas, não exagerem nas cobranças e principalmente saibam que a qualidade de vida das atletas é mais importante que um lugar no pódio.

Refletimos diretamente sobre o papel dos pais na carreira de ginastas de alto rendimento e identificamos que há poucos estudos que analisaram as perspectivas dos pais. Assim, questionamos se os pais estão cientes do que realmente acontece com suas filhas ao longo da carreira esportiva. O discurso da Ginasta 1 revela que seus pais não tinham a real noção do que ela viveu no esporte:

(...) meus pais nunca souberam, não sabem de muita coisa que aconteceu e não vão saber, porque eles não precisam saber, eles não precisam viver comigo esse sofrimento, não precisavam e não precisam. Um tempo depois que eu parei, eu lembro que conversando com a minha mãe e ela começou a chorar, chorar, chorar, ela falou “minha filha, me sinto muito culpada de não ter te tirado antes, de não ter enxergado o quão mal você estava ou de não ter acreditado que aquilo não era normal, que não era bom pra você, sabe? Me sinto muito ruim por você ter passado por essas coisa ruins que você passou”.

Quadro 12 - Recompensas Materiais

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Extrínseca	Recompensas Materiais	<p>G1: Minha principal medalha acho que foi em um Pan-americano individual adulto (...) eu fiquei em segundo ou terceiro no solo, fiquei atrás da Sacramoni (..) era tipo uma campeã olímpica e eu fiquei logo atrás dela. Até foi isso que me deu uma levantada na época, eu peguei bolsa atleta internacional, na época quase ninguém tinha um auxílio mais legal, eu era uma das poucas que através dessa medalha ganhei esse auxílio.</p> <p>G1: na minha época ninguém ganhava dinheiro, a [REDACTED] ganhava dinheiro e mais ninguém. Daí acabou que teve essa questão do bolsa atleta internacional que ganhava eu, se não me engano [REDACTED], [REDACTED] e mais uma, era nacional, internacional e olímpico (...) eu era internacional e a [REDACTED] era olímpico, alguma coisa assim. Aí a gente ganhava um pouquinho mais que todo mundo.”</p> <p>G4: aí a gente foi percebendo que eu fui me sobressaindo das outras meninas, até que eu fui nesse torneio nacional em Brasília, acho que em 2000, aí eu fiquei em primeiro e tinha meninas de São Paulo, acho que não tinha de Curitiba, não me lembro, mas aí eu consegui essa medalha no solo e eu falei “vou pro brasileiro agora”, nesse momento acho que foi a medalha mesmo que me subiu na cabeça e me deu vontade de ir além, de melhorar.</p> <p>G4: Aí que eu comecei a ganhar brasileiro, comecei a ganhar circuito Brasil Olímpico, aí comecei a receber um pouquinho mais, porque até aí eu recebia 400 reais só, porque eu não era campeã brasileira, no outro ano fui campeã no juvenil (...) comecei a ganhar bolsa Brasil, depois fui pra um campeonato internacional no Chile (...) aí fui campeã no solo, comecei a ganhar o brasileiro, que era 600 reais e acho que o</p>

		<p>internacional com ajuda de 500 reais, depois veio o patrocínio da Coca-Cola e do Brasil Telecom, acho que ao todo eu ganhava mil e pouquinho e só, fiquei ganhando esse valor durante uns 2 anos.</p> <p>G5: Acho que a primeira (conquista) foi quando fizeram a seletiva para formar a equipe, a seleção, que ia começar a ter patrocínio, a ganhar bolsa, a gente ia receber o nosso primeiro salário ali.</p> <p>G5: (...) o sul-americano que teve em Curitiba e nós disputamos com ginastas interacionais, eu ganhei medalha de ouro na trave de equilíbrio, disputando ali com a Daniele Hypólito e outras atletas também, então essa foi uma grande conquista pra mim, ganhei minha primeira medalha de ouro.</p>
--	--	--

Weinberg e Gould (2008) afirmam que os indivíduos, geralmente, associam a eficiência nas tarefas que executam com o objetivo de conquistar recompensas, sejam elas materiais ou o reconhecimento do mérito dos feitos no esporte.

No Esporte de rendimento, em geral, os atletas vivem e se dedicam não só pelo amor pela modalidade, mas muitas vezes para se sustentarem e, quiçá, ascenderem socialmente (DELANEY; MADIGAN, 2009). No caso da GAF as atletas, geralmente, não recebem milhões e, sequer, tem uma carreira tão duradoura se compararmos a outros esportes. Desde 2000 as ginastas do Brasil começaram a obter incentivo financeiro dos investimentos governamentais e patrocínios vindos da iniciativa privada (SCHIAVON, 2009; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012; SCHIAVON et al., 2013).

No cenário brasileiro destacamos que a partir de 2000 houve um investimento jamais visto na GAF (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012; SCHIAVON, 2013). A Lei Agnelo Piva, a Bolsa Atleta e o programa Brasil Medalhas beneficiaram algumas das ginastas adultas da seleção brasileira de GAF.

Os discursos apresentados revelam que algumas das ginastas entrevistadas apontaram que o investimento na modalidade, materializado em bolsa e patrocínios foram importantes fatores para manterem-nas na GAF.

A Ginasta 1 revela que depois de uma medalha de prata em campeonato Pan-Americano ela foi uma das únicas atletas a receber bolsa atleta internacional. Segundo a ginasta esse auxílio foi importante, pois veio em uma época em que ela estava desmotivada e pensava em parar de treinar e competir:

Minha principal medalha acho que foi em um Pan-americano individual adulto (...) eu fiquei em segundo ou terceiro no solo, fiquei atrás da Sacramoni (...) era tipo uma campeã olímpica e eu fiquei logo atrás dela. Até foi isso que me deu uma levantada na época, eu peguei bolsa atleta internacional, na época quase ninguém tinha um auxílio mais legal, eu era uma das poucas que através dessa medalha ganhei esse auxílio.

Esse depoimento da Ginasta 1 revela que além do prazer propiciado pela prática da modalidade a atleta se manteve motivada extrinsecamente pela oportunidade de obter “ganhos” materiais com o esporte. Deci e Ryan (2007,2008) apontam que é comum que as recompensas materiais obtidas por meio do esporte atraiam os indivíduos intrinsecamente motivados. Os autores pontuam que a busca por essas recompensas satisfaz a necessidade de autonomia, uma das três necessidades básicas do ser humano (DECI; RYAN, 2000, 2007,2008).

Ademais, os depoimentos das ginastas revelam a motivação nos períodos competitivos vitoriosos. De fato, todo atleta almeja um lugar no pódio, segundo Deci e Ryan (2007, 2008) conquistar campeonatos, medalhas e troféus é uma das formas dos atletas satisfazerem a necessidade de competência e elevar a motivação extrínseca. Fato reforçado pelo estudo de Lopes e Nunomura (2007) que aponta maiores níveis de motivação e vontade de continuar treinando após períodos vitoriosos, se compararmos com os períodos de derrota.

A teoria da autodeterminação (DECI; RYAN, 1995) aponta que não há exclusividade na influência dos dois tipos de motivação. Assim, acreditamos que apesar de algumas atletas apontarem o retorno financeiro como aspecto importante para permanência no alto nível da GAF, apenas as recompensas materiais não são suficientes para manter as ginastas no esporte, como podemos ver no depoimento da Ginasta 2: *“Vou ficar por dinheiro? Não era o suficiente pra me segurar”*.

Os depoimentos dessa unidade de registro indicam que o crescimento no investimento na GAF do Brasil a partir de 2000 foi importante para manter as ginastas com boas condições de treinamento e motivadas a treinar. Entretanto, as ginastas consideram que na atualidade o lucro das ginastas com a modalidade são maiores, como podemos ver no depoimento da ginasta 3:

Eu falei pra [REDACTED] que a gente é burra, porque a gente saiu no período em que ainda não tinha tanto investimento para o atleta, os clubes começaram a crescer e tal, hoje em dia os atletas estão ganhando muito mais que os próprios técnicos. Hoje em dia o atleta faz, porque se ele for sair e arrumar um emprego ele não vai ganhar um terço do que ele ganha como atleta

O discurso da ginasta revela que o apoio financeiro que as ginastas de hoje recebem pode ser um fator preponderante para as ginastas prolongarem a carreira na modalidade, algo que seria impensável há alguns anos.

Entretanto, pontuamos que o investimento na modalidade cresceu vultuosamente por consequência dos JO no Rio de Janeiro. Atualmente a aplicação de dinheiro na modalidade continua, mas não no mesmo montante. Dessa forma, acreditamos que o investimento em estratégias em longo prazo seria mais vantajoso para as ginastas e para a GAF do Brasil, do que estratégias imediatistas como essas pelos JO.

Quadro 13 - Jogos Olímpicos (JO)

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Intrínseca	Jogos Olímpicos	<p>G1: Com 8 anos de idade eu já sonhava ir as Olimpíadas.</p> <p>G1: (...) eu estava focada pra ir pras Olimpíadas, eu estava ali na boca pra ir pras Olimpíadas e estava dentro da equipe pra ir, eu não estava competindo pra ir, eu estava dentro da equipe que iria (...) eu achava que valeria a pena esse sonho das Olimpíadas.</p> <p>G2: (...) eu consegui realizar meu sonho de ir para os Jogos Olímpicos, mas não foi uma participação muito representativa, eu participei em só um aparelho, né, só na trave, eu tive algumas falhas.</p> <p>G5: Meu sonho desde que eu entrei na seleção era ir pras Olimpíadas e eu consegui realizar esse sonho e participar das Olimpíadas de 2004 com a equipe completa de GAF.</p> <p>G5: Nas Olimpíadas de Atenas na nossa equipe que tinha 6 atletas eu tive o terceiro melhor resultado no individual geral e isso pra mim foi histórico, teve a Daniele Hypólito a Camila Comim e eu fui a terceira do Brasil na classificação do individual geral.</p> <p>G6: Eu já tinha um objetivo, porque quando eu cheguei lá era mais uma coisa de conseguir ou não, não tinha um objetivo em si e quando eu fui pra seleção eu já tinha o objetivo de ir pra Olimpíada, o ano que eu fui era 2008, era ano da Olimpíada de Pequim e eu tinha 15 na época, então não tinha idade, mas pra mim foi uma super experiência, já comecei a treinar com as meninas, até viajei com elas até lá, depois eu voltei e o foco foi total nas Olimpíadas de 2012.</p> <p>G7: (...) meu objetivo era e sempre foi a Olimpíada.</p>

Os JO e CM são os maiores eventos esportivos no cenário mundial de todas as modalidades olímpicas, assim, o auge da carreira de muitas atletas é representado pela participação nesses eventos. Schiavon (2009) em sua tese de doutorado identificou que todas as ginastas entrevistadas, apesar de pertencerem a diferentes épocas, tinham o grande sonho de participar dos JO e puderam realiza-lo. A autora pontua que apesar do desejo de participar do evento ser comum a todas as ginastas, suas expectativas em relação às próprias participações eram diferentes nas distintas gerações devido aos avanços das participações do Brasil nessa competição (SCHIAVON, 2009).

Claudia Magalhães, Tatiana Figueiredo e Luísa Parente foram as três primeiras representantes brasileiras no cenário olímpico, são chamadas por Schiavon (2009) de ginastas pioneiras. As atletas levaram a bandeira brasileira nos JO em uma época em que a modalidade não contava com o suporte financeiro, condições de treino, recursos materiais e humanos que as ginastas das épocas posteriores possuíam (SCHIAVON, 2009).

Soraya Carvalho, Camila Comin e Daniele Hypólito são as ginastas que representaram o Brasil nos JO de 1996 e 2000 e enfrentaram dificuldades similares ao grupo das pioneiras (SCHIAVON, 2009). Porém, pertencem a um grupo de transição, no qual as condições começaram a melhorar até a conquista da vaga para equipe completa nos JO de 2004.

A partir de 2004 com o grande investimento na GAF do Brasil, alavancamos nossas participações no patamar Olímpico com equipes completas (SCHIAVON, 2009; NUNOMURA; OLIVEIRA, 2012; SCHIAVON et al., 2013).

Em 2004 a equipe foi composta pelas seguintes ginastas: Ana Paula Rodrigues, Camila Comin, Caroline Molinari, Daiane dos Santos, Daniele Hypólito e Lais Souza. Em 2008 representaram o país: Ana Claudia Silva, Daiane dos Santos, Daniele Hypólito, Ethiene Franco, Jade Barbosa e Lais Souza. Nos JO de Londres (2012) Bruna Leal, Daiane dos Santos, Daniele Hypólito, Ethiene Franco e Harumy Freitas representaram o time brasileiro. Na última edição do megaevento em 2016 no Rio de Janeiro (destacamos que esse ciclo olímpico não compreende o universo desse estudo) Daniele Hypólito, Flavia Saraiva, Jade Barbosa, Lorrane Oliveira, Flavia Saraiva e Rebeca Andrade representaram nossa seleção na competição em casa.

Dentre as ginastas do estudo, 3 tiveram a oportunidade de participar dos JO e uma compôs a seleção como reserva. As Ginastas 2 e 5 compuseram a equipe que representou o Brasil nos jogos de Atenas em 2004 e a Ginasta 4 foi reserva na mesma edição. A Ginasta 6 integrou a seleção brasileira que participou do evento em Londres (2012).

Destacamos que de acordo com os grupos propostos no trabalho de Schiavon (2009) as ginastas participantes desse estudo fazem parte da nova geração da GAF do Brasil. Atletas que participaram da seleção brasileira a partir do ciclo olímpico de 2001-2004 e desde aí contaram com condições de excelência no treinamento, similares às das potências mundiais da modalidade (SCHIAVON, 2009).

A maioria das participantes desse estudo, tanto as que conquistaram a oportunidade de participar dos JO, quanto aquelas que não foram ao evento, destacam que o grande objetivo da carreira esportiva como ginasta sempre foi participar do evento. Nossos resultados corroboram Lopes e Nunomura (2007) que afirmam que independente do nível técnico a participação nos JO é o maior objetivo de qualquer ginasta e influencia a motivação para permanência na prática da modalidade.

As autoras afirmam que a identificação desse tipo de objetivo no alto rendimento esportivo é comum (LOPES; NUNOMURA, 2007). E, que a dedicação intensa e integral da vida das ginastas a modalidade, faz com que elas busquem alcançar os maiores objetivos de suas carreiras. Nesse sentido, a participação nos JO não seria uma recompensa material, mas o reconhecimento do esforço das ginastas e a realização de um sonho.

Segundo Chelladurai (1993), os atletas de alto rendimento querem ser os melhores naquilo que se dedicam diariamente, e esperam ser prestigiados em decorrência de seus esforços. Dessa forma, no presente estudo acreditamos que a participação nos JO está relacionada ao fator motivacional intrínseco para a permanência na GAF, pois o evento é apontado pela mídia e reconhecido no contexto do esporte de alto rendimento como uma competição para seres perfeitos (RÚBIO et al., 2000).

Ao considerar a grandiosidade do feito de participar dos JO e a discussão anterior, identificamos a grande importância atribuída pela sociedade aos JO devido à propagação da mídia (RÚBIO et al., 2000). Assim, como no estudo de Lopes e Nunomura (2007) identificamos discurso de ginastas ainda muito jovens que traçam a meta de participar dos JO como foi o caso da Ginasta 1: *“Com 8 anos de idade eu já sonhava ir as Olimpíadas.”*.

Vale ressaltar, que nesses casos é sempre importante esclarecer as atletas desde os anos iniciais de prática que a participação nos JO é mérito de um complexo processo ao longo da carreira esportiva e que para se tornar uma ginasta olímpica é necessário muita dedicação e trabalho árduo (LOPES; NUNOMURA, 2007).

Objetivos traçados a longo prazo são apontados pela literatura como um importante fator motivacional (WEINBERG; GOULD, 2008; DOWDELL, 2013). No caso específico das Ginastas 2, 5 e 6 que participaram dos JO, identificamos que essa participação sempre foi

considerada um grande sonho, mas as atletas o trataram como um objetivo a longo prazo, como exemplifica o discurso da Ginasta 6:

(...) quando eu fui pra seleção eu já tinha o objetivo de ir pra Olimpíada, o ano que eu fui era 2008, era ano da Olimpíada de Pequim e eu tinha 15 na época, então não tinha idade, mas pra mim foi uma super experiência, já comecei a treinar com as meninas, até viajei com elas até lá, depois eu voltei e o foco foi total nas Olimpíadas de 2012.

Ainda identificamos entre as ginastas que há diferença entre conseguir participar dos JO e ter uma boa participação no evento. A meta de participar dos JO é um fator motivacional intrínseco positivo para a permanência no alto rendimento da GAF. Entretanto, no discurso da Ginasta identificamos que ela cumpriu seu objetivo de participar do megaevento, mas não gostou de seus resultados: “(...) *eu consegui realizar meu sonho de ir para os Jogos Olímpicos, mas não foi uma participação muito representativa, eu participei em só um aparelho, né, só na trave, eu tive algumas falhas.*”. Essa frustração pode ser um potencial fator para o encerramento da carreira, que será tratado na próxima categoria. Assim, salientamos a importância dos treinadores compreenderem e nortearem suas ginastas de acordo com suas expectativas.

Ao longo desse tópico discutimos a relevância dos JO na carreira de uma ginasta de alto rendimento e evidenciamos a importância atribuída pelas entrevistadas ao evento. Ao analisar o contexto das participações da GAF do Brasil no cenário olímpico, identificamos a contribuição das gerações anteriores para o desenvolvimento da modalidade no Brasil.

Ao considerar o objetivo de participar dos JO como um fator motivacional intrínseco preponderante para a permanência na carreira das ginastas, ressaltamos que se deve alimentar esse sonho, desde que haja condições para isso. Assim, ponderamos que essa meta deve ser tratada como um processo em longo prazo e que o foco não seja unilateral na conquista do objetivo, mas no desenvolvimento das competências para alcançá-lo.

Quadro 14 - “Amor” pela GAF

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Motivação Intrínseca	“Amor” pela GAF	<p>G1: Não posso negar que eu passei por muita coisa boa na Ginástica, eu gosto muito da Ginástica e isso me ajudou a permanecer 11 anos no esporte.</p> <p>G2: (...) eu acho que o que eu vivi no Esporte foi o melhor que poderia ter sido, sempre gostei muito do que eu fazia, tanto que trabalho com isso até hoje.</p> <p>G3: Em segundo, porque eu sempre gostei muito, toda atleta têm seus momentos ruins, de não querer nem colocar o collant, que eu também passei por isso também, mas eu sempre adorei muito a Ginástica, inclusive trabalho com isso até hoje e não me vejo fazendo outra coisa (...) Então eu acho que a minha paixão pelo Esporte sempre me motivou muito.</p> <p>G6: Eu fiquei na Ginástica 12 anos, porque eu amava Ginástica, na verdade eu amei até uns 2 anos antes de eu parar.</p>

Ryan e Deci (2000a) apontam que umas das principais características dos indivíduos intrinsecamente motivados é a satisfação na execução da modalidade. Em geral, no Esporte os indivíduos envolvidos e preocupados em realizar as tarefas com dedicação e amor pela modalidade costumam demonstrar maiores índices de sucesso (WEINBERG; GOULD, 2008).

Apesar do estudo de Krane, Greenleaf e Snow (1997) utilizar o referencial teórico das Metas de realização (DUDA, 1993), sugeriu que ginastas envolvidas e preocupadas em desempenhar bem as tarefas teriam mais chances de sucesso e menos frustração com as derrotas, algo que influenciaria diretamente a motivação e a permanência na modalidade.

Assim, os discursos no quadro 14 mostram que o fato das ginastas gostarem da modalidade refletiu-se na dedicação e permanência na modalidade.

Os depoimentos das Ginastas 2 e 3 reforçam o “Amor” pela modalidade, pois apesar das dificuldades que enfrentaram ao longo dos anos e da vontade de parar em certos momentos, o prazer de treinar e de se dedicar à GAF foi o grande motivo da continuidade nesse esporte. A mudança de função de ginasta para treinadora após a carreira esportiva também poderia ser associada ao amor pela modalidade

(...) eu acho que o que eu vivi no Esporte foi o melhor que poderia ter sido, sempre gostei muito do que eu fazia, tanto que trabalho com isso até hoje.
(G2)

(...) porque eu sempre gostei muito, toda atleta têm seus momentos ruins, de não querer nem colocar o collant, que eu também passei por isso também, mas eu sempre adorei muito a Ginástica, inclusive trabalho com isso até hoje e não me vejo fazendo outra coisa (...) Então eu acho que a minha paixão pelo Esporte sempre me motivou muito. (G3).

O fato de continuar se dedicando a GAF pelo prazer à prática foi evidenciado em estudo de Lavalle e Robinson (2007), em que algumas ginastas continuaram a trabalhar com Ginástica após o encerramento da carreira, pois não conseguiriam viver sem o contato diário no Ginásio. Ponderamos que esse fato também pode estar relacionado com a falta de oportunidades após a aposentadoria como atleta.

Ressaltamos que seria importante que os treinadores estimulassem a motivação intrínseca das atletas ao longo da carreira esportiva na GAF. Por mais que o esporte de alto rendimento exija altas demandas de treinamento, as atletas deveriam sentir prazer e sentido positivo nessa prática. Assim, acreditamos que o depoimento da ginasta 2 sintetize a relevância do prazer pela prática e da motivação intrínseca na permanência na GAF:

Por mais que haja essa rigidez da Ginástica, as meninas todas estão lá e levantam todo dia da cama pra ir lá de novo, por que? Porque eu odeio fazer isso? Entendeu? Não é, você está lá porque você gosta também. Então me incomoda essa coisa negativa da Ginástica que (...) se alguém ficar com um chicote na suas costas, você vai voltar no outro dia? Por que elas voltam? Por que apesar de tudo que possa haver de ruim elas gostam de estar lá também.

Quadro 15 - Auto realização

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONEXO
Motivação Intrínseca	Auto realização	<p>G2: Eu fiquei muito feliz quando eu ganhei pela primeira vez o campeonato brasileiro (...) esse pra mim foi um resultado significativo, porque você treina, treina, treina e nada, chega lá e nada e nada. Então eu fiquei bem contente, eu me lembro que iso deu um “up” na minha carreira, porque você mesma ver sua evolução é muito gratificante.”</p> <p>G2: Quando a gente foi pro Mundial, a gente entrou final por equipe e eu entrei e competi paralela, né, minha nota entrou na equipe e ajudou bastante, então foi uma coisa que “que bom deu certo”. Dá uma satisfação você saber que tudo que você dedicou de uma forma teve um retorno, não diretamente com resultados expressivos, mas você teve um retorno daquilo que você</p>

		<p>investiu.</p> <p>G6: Meu primeiro mundial em 2009, em Londres, que eu fui pra final do individual geral e na final eu fui a 14ª melhor do mundo, pra mim foi o maior momento da minha carreira, porque foi meu primeiro mundial e foi a melhor (...) aquela coisa, quando você é atleta eu acho que é muito mais você entrar e saber que fez o seu melhor e foi assim, eu sai da competição satisfeita, independente do resultado, porque eu consegui subir e fazer o meu melhor.</p>
--	--	--

Ryan e Deci (2000) afirmam que o reconhecimento dos nossos próprios feitos é um fator importante para satisfazer as necessidades de competência e autonomia e que incide diretamente na motivação intrínseca.

Os depoimentos no quadro 15 evidenciam que, tanto as recompensas externas como o sentimento de dever cumprido, de exprimir o seu máximo nas competições são fatores que motivam as ginastas a persistir na modalidade e se manterem motivadas (DOWDELL, 2013), conforme o discurso da ginasta 6:

Meu primeiro mundial em 2009, em Londres, que eu fui pra final do individual geral e na final eu fui a 14ª melhor do mundo, pra mim foi o maior momento da minha carreira, porque foi meu primeiro mundial e foi a melhor (...) aquela coisa, quando você é atleta eu acho que é muito mais você entrar e saber que fez o seu melhor e foi assim, eu sai da competição satisfeita, independente do resultado, porque eu consegui subir e fazer o meu melhor.

A ginasta 2 identificou que sua evolução em campeonatos brasileiros foi consequência do investimento na modalidade. Assim, apesar da importância do resultado, o reconhecimento de seu próprio esforço teve mais valor. O depoimento da ginasta corrobora Dowdell (2013) que afirma que estratégias em longo prazo, que visam a percepção da ginasta de seu próprio desenvolvimento são eficazes no clima motivacional do ginásio.

Conforme Ryan e Deci (2000), o reconhecimento do próprio esforço na ajuda da conquista do grupo também influencia na necessidade interação e convívio saudável. Dessa forma, o depoimento da ginasta 2 sintetiza que ao visualizar a contribuição de seu esforço para o grupo causa sensação de reconhecimento pelo trabalho árduo nos treinamentos, independente dos resultados.

De fato, os grandes triunfos, as medalhas e o dinheiro de certa forma movem o Esporte de alto rendimento. Entretanto, é importante considerarmos que ao longo da complexidade da

carreira esportiva é essencial que todos saibam que a prioridade é a formação humana dos atletas.

6.3 Tema: Encerramento da carreira esportiva na GAF

Quadro 16 - Dor e lesões

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Fatores para o encerramento da carreira esportiva na GAF	Dor e lesões	<p>G1: Então, por um ano eu tentei parar, mas eu tentei parar, porque eu não aguentava mais a minha saúde, eu não conseguia ficar sentada com o pé apoiado no chão, por causa das fraturas por estresse na canela, tinha que sentar e esticar as pernas pra frente.</p> <p>G1: (...) eu tinha todos os ligamentos ferrados do ombro, eu tinha umas dores absurdas que vinham do nada, eu lembro que no último ano eu tinha uma dor no punho e eu tinha que amarrar umas faixas, porque não conseguia apoiar minhas mãos no chão. Então, se você for pensar eu não conseguia apoiar o pé, não conseguia apoiar a mão, não conseguia levantar o braço, se eu levantasse um o outro eu tinha que levantar, mas no treino eu fazia tudo, tudo, tudo.</p> <p>G3: (...) eu só sai também, porque sentia muita dor pra fazer Ginástica, no período em que eu fui treinar em Curitiba eu tinha 18 anos e modificaram completamente o meu treinamento e eu não suportei, eu tinha muita dor, porque você tem que ter a parte física muito adaptada pra conseguir fazer a parte técnica e a forma de treinamento de lá fez com que eu sentisse muita dor, porque eu não estava preparada fisicamente.</p> <p>G4: Então, aconteceu a Olimpíada e tudo mais e no outro ano foi meu ano péssimo, que eu machuquei, claro que cada ano eu tinha uma lesão, tive fraturas, foi muito difícil, era muito bom quando a gente treina, era ótimo o treinamento querendo melhorar, mas tinha as lesões que eu passei muita dificuldade, treinando e competindo com lesão.</p> <p>G4: Aí em 2005 foi isso, eu não tive chance, tive uma fratura por estresse e aí foi fatal.</p> <p>G4: Foi mais lesão, porque tive fratura nos braços também, cada ano eu tinha uma lesão séria, tive fratura no pé por estresse também, então essas lesões começaram a ficar muito sérias, machuquei o fêmur.</p>

		<p>G5: Por um lado foram as lesões, né, no final da minha carreira eu estava me lesionando muito, fraturas por estresse, eu nunca cheguei a fazer cirurgia, nunca quebrei nada, mas tinha muitas fraturas por estresse.</p> <p>G6: Na época da Olimpíada eu estava extremamente machucada, eu já tinha operado o joelho e ia ter que operar de novo pra tirar os pinos e ia ter que operar os dois ombros, eu tenho hérnia de disco nas costas (...)</p> <p>G7: Aí eu já estava não só com problema da perna, mas problema psicológico também e aí eu até voltei, mas eu tive que operar de novo, porque deu rejeição na minha placa, então eu fui ficar bem em 2014, então era tarde pra eu tentar outra Olimpíada, aí eu decidi parar.</p> <p>G7: O fato de eu ter machucado e ninguém ter dado uma ajuda pra mim, porque eu que banqueei a minha cirurgia, eu que banqueei fisioterapia, eu que banqueei tudo, acho que isso me desmotivou muito, porque eu passei 17 anos da minha vida treinando e por uma lesão eu tive que parar, poderia estar treinando até hoje, tive que pagar tudo e ainda fui tratada como uma descartável.</p>
--	--	--

Johnson e French (2012) afirmam que no esporte de alto rendimento os atletas buscam a excelência, mas na GA os ginastas buscam a perfeição. Para isso é necessário repetir constantemente as habilidades, o que ocasiona alto impacto nos aparelhos da modalidade (SCHIAVON, 2009). Esse alto volume de treinamento, associado ao conceito de vitória a qualquer custo, poderia causar dores físicas e uma série de lesões ao longo da carreira esportiva das ginastas (PINHEIRO et al., 2014; RODRIGUES et al., 2014).

Estudos anteriores que analisaram as experiências de ginastas no encerramento da carreira esportiva identificaram que as lesões e o fato de não suportar mais as dores do cotidiano do treinamento são apontados como aspectos determinantes para o fim da trajetória esportiva (KERR; DACYSHYN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012). Ainda, o estudo de Kerr e Dacyshyn (2000) pontua que as lesões são classificadas como um fator involuntário para a aposentadoria da Ginástica.

Nesse tópico discutiremos os casos de 6 ginastas que apontaram as dores físicas e as lesões agudas como fatores determinantes para a aposentadoria na modalidade.

No quadro 16 identificamos nos depoimentos das ginastas 1, 4, 5, 6 e 7 que sofreram lesões como fraturas por estresse em decorrência do treinamento intenso e da repetição excessiva de alguns movimentos ao longo da carreira e destacam a dificuldade nesses períodos.

Os discursos da Ginasta 4 revelam sua dificuldade com as lesões, a atleta cita que a cada ano acontecia uma lesão grave e diferente que atrapalhava sua carreira. A ginasta aponta que era motivada a treinar e buscar a melhora do desempenho, mas cita que treinar lesionada era uma grande dificuldade: *“(...) a gente treina, era ótimo o treinamento querendo melhorar, mas tinha as lesões que eu passei muita dificuldade, treinando e competindo com lesão.”*.

O fato de continuar no treinamento e competir com lesões é apontado pela literatura como comum no contexto sociocultural da GAF (PINHEIRO et al., 2014; RODRIGUES et al., 2014). Uma das ginastas entrevistadas por Pinheiro et al. (2014, p. 444) fez a seguinte afirmação: “Eu nunca parei de treinar. Uma vez, tive uma ruptura nas coxas e eu continuei treinando porque era antes de uma grande competição. Era uma concorrência que iria determinar as atletas que representariam Portugal em um evento internacional.” Vemos também um episódio semelhante no discurso da Ginasta 1:

Eu lembro que teve um campeonato, uma Copa do Mundo que eu competi com 3 dedos do pé quebrados, não conseguia andar, mas eu competi, 2 meses depois falaram “você quer fazer uma radiografia?” e eu falei “tá, vamos fazer” e ele falou “já está calcificando errado, fica sem treinar”, agora?

Nesse sentido, Schiavon (2009) também cita o caso da ginasta brasileira Soraya Carvalho que mesmo com dores na perna continuou o treinamento para sua participação nos JO de Atlanta. A autora destaca que isso evoluiu para uma lesão mais grave que a impediu de participar da competição que seria o maior objetivo de sua carreira como ginasta (SCHIAVON, 2009).

Os estudos apontam que há uma normalização em treinar e competir com dores e lesões na GAF (SCHIAVON, 2009; PINHEIRO et al., 2014; RODRIGUES et al., 2014). Schiavon (2009, p. 265) afirma que atitudes como essas são consideradas corretas pelas ginastas, pois “fazem parte do contexto em que foram formadas e isso dificulta o afastamento ou luta contra esse tipo de situação, sendo possivelmente condição de continuar pertencendo a elite da modalidade”.

Rodrigues et al. (2014) afirmam que alguns treinadores creem que o fato de competir com dores e lesões seja um indicativo de resiliência das atletas. A influência do treinador

como voz a ser respeitada dentro do ginásio faz com que as ginastas mascarem as dores e, em alguns momentos, se auto mediquem para não contrariar os treinadores e não interromper a busca por seus objetivos (OLIVEIRA, 2014).

Dessa forma, Oliveira (2014) aponta que a influência direta do treinador nas atitudes e comportamentos das ginastas, associada à busca pela vitória, cria um contexto em que suportar a dor torna-se um comportamento normal na cultura do ginásio.

Apesar dos argumentos apontados pela literatura, questionamos o valor dessa atitude, pois consideramos que colocariam em cheque toda a carreira da ginasta, como foi o caso da Ginasta 4. Essa ginasta considera que sua lesão grave no fêmur em 2005, na ocasião com apenas 17 anos de idade, foi determinante para o fim de sua carreira.

Apesar das lesões sofridas por essa ginasta, consequentemente o encerramento da trajetória esportiva e problemas na transição no final de carreira, hoje após 12 anos da aposentadoria como atleta, identificamos uma visão positiva e conformada da ginasta, segundo o seguinte discurso:

(...) hoje eu acho que aconteceu tudo isso pro meu bem. Hoje, na época não, na época eu fiquei furiosa. Mas hoje eu vejo que pode ter sido um livramento, porque como eu estava tendo lesão a cada ano e a gente não sabe o que poderia vir depois, se seria uma lesão seria no pescoço, porque como eu estava fazendo muito exercícios difíceis, então a possibilidade de risco era grande (...)

Nos discursos das Ginastas 6 e 7 identificamos também que as lesões sérias que exigem cirurgias ao longo da carreira são um fator importante na decisão de parar. As ginastas apontaram que precisaram fazer cirurgias e colocar pinos e placas e isso as afastaram dos treinamentos e competições, algo que complica cada vez mais o retorno das atletas.

Ainda, o depoimento da Ginasta 7 revela a sua decepção com a entidade que ela representava na época, como vemos nesse trecho de seu discurso:

O fato de eu ter machucado e ninguém ter dado uma ajuda pra mim, porque eu que banquei a minha cirurgia, eu que banquei fisioterapia, eu que banquei tudo, acho que isso me desmotivou muito, porque eu passei 17 anos da minha vida treinando e por uma lesão eu tive que parar, poderia estar treinando até hoje, tive que pagar tudo e ainda fui tratada como uma descartável.

O discurso da ginasta corrobora o estudo de Lavalley e Robinson (2007) e Barker-Ruchti e Tinning (2010), no qual os autores expressam que algumas ginastas se sentem máquinas descartáveis quando o desempenho atlético declina.

Ainda, questionamos os cuidados que as atletas recebem ao longo da carreira. Todas as participantes desse estudo pertencem a uma geração de ginastas que tiveram melhor infraestrutura de treinamento e cuidados, devido à implantação de uma equipe multidisciplinar com médicos, psicólogos, nutricionistas e fisioterapeutas no CT de Excelência em Curitiba. Dessa forma, a prevenção deveria ser priorizada para evitar problemas que resultassem no afastamento ou encerramento inesperado da trajetória esportiva.

Entretanto, as ginastas revelam que nem todos os cuidados eram feitos de forma adequada, como podemos ver no depoimento da Ginasta 1:

Todo mundo era muito lesionado, muito lesionado, por uma questão que é exatamente isso, você finge que tem médico, fisioterapia a gente fazia de fato, mas todo mundo sabe que recuperação tecidual não tem como se você não tem o repouso apropriado, não existe, não tem como, mas fisioterapia a gente tentava.

Frente a essas queixas das Ginastas 1 e 7, ressaltamos a importância dos cuidados prestados as ginastas, seja pelos clubes, federações ou confederações. Nossos resultados revelam que lesões e práticas inadequadas, podem ser fatores essenciais para o encerramento da carreira esportiva.

Oliveira (2014, p. 120) intitula um dos capítulos de sua tese de doutorado como “Uma companheira “fiel”: as ginastas de Ginástica Artística e a dor”, e corroboramos o autor e acreditamos que no contexto da GAF dificilmente encontraremos ginastas que não convivam com a dor.

Alterar uma cultura moldada há anos é uma tarefa árdua. Entretanto, é tarefa dos treinadores, distinguir dores suportáveis daquelas que colocam em risco sua integridade física.

Ademais, é importante que todos tenham ciência de que por mais que os atletas de alto rendimento sejam comparados pela mídia a super-heróis, eles são seres humanos, que carecem de cuidados. Ressaltamos que lesões mal curadas repercutiriam negativamente durante e depois da carreira esportiva das ginastas.

Quadro 17 - Esgotamento Psicológico

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Fatores para o encerramento da carreira esportiva na GAF	Esgotamento psicológico	<p>G1: (..) eu sei o quão debilitada mentalmente que eu era, pensamentos suicidas, depressivos, de ansiedade e eu não era a única. Talvez as meninas não sejam tão sinceras ou também porque elas não tem esse aprofundamento no estudo, que eu tenho hoje e não tenho mais esse preconceito de tentar esconder, porque isso acontece (...)</p> <p>G2: Eu acho que o cansaço, eu não aguentava mais essa rotina de todo dia acordar cedo e ficar o dia inteiro no ginásio, esse cansaço do treinamento, cansaço psicológico da rotina em si. Eu não queria mais cuidar do peso, eu estava cansada de ficar controlando o peso, então eu comecei a engordar.</p> <p>G3: (...) não aguentei, né, questões de cansaço mental também por ter voltado naquele ritmo de treinamento e foi basicamente por isso.</p> <p>G5: O psicológico também, eu já estava meio cansada.</p> <p>G5: (...) todos falaram “fica, você é muito nova, não pode parar agora”, mas não sei, eu já estava focada naquilo que queria parar e sai e não olhei para trás, em nenhum momento eu pensei em voltar, acho que era o psicológico mesmo que já estava abalado, mais do que a parte física, porque eu ainda tinha carreira, eu acho que se eu tivesse continuado e tinha ido pra Pequim e talvez até para as outras Olimpíadas.</p> <p>G5: (...) na época da nossa seleção eles eram muito exigentes e isso abalava nosso psicológico. A gente não podia comer, eu lembro que nas Olimpíadas quando entrava na vila cada atleta ganhava um chaveirinho da Coca-Cola e podia ir naquelas máquinas que tirava Gatorade e tudo, então cada um tinha um e podia ir lá e pegar o que quisesse na hora que quisesse e quando a gente chegou lá a primeira coisa que fizeram foi tomar o chaveiro e falaram “vocês só vão poder usar o chaveiro quando acabar as competições”. Então, na nossa época era muito ruim isso (...) eles eram muito exigentes nessa questão, a gente não podia comer, a gente não podia tomar nada. Mas eu acho que essa questão de começar muito cedo também faz com que a atleta pare muito cedo, eu acho que o desgaste físico e o mental principalmente, eu acho que se começar muito cedo faz sair mais cedo.</p> <p>G6: O principal fator foi com certeza o esgotamento, na época eu não amava mais fazer Ginástica.</p>

		<p>G6: O esgotamento psicológico pra mim não dava, eu estava em um estado em que eu tinha muita vontade de voltar pra minha casa.</p> <p>G7: Na verdade quando eu decidi sair de Curitiba eu estava passando meio que por uma depressão, os médicos que me acompanham disseram que eu tinha que sair de lá.</p>
--	--	---

No tópico anterior discutimos que as altas demandas físicas ocasionariam dores e lesões físicas. Mas, a busca pela perfeição envolve também alta demanda psicológica das atletas. Dessa forma, ao longo do tempo estudos foram desenvolvidos para traçar o perfil psicológico dos futuros campeões na Ginástica (ARKAEV; SUCHLIN, 2004). O conceito de força psicológica também foi estudado no mestrado de Rodrigues (2014).

Entretanto, não basta olhar para a Psicologia como uma ferramenta para favorecer o desempenho e, conseqüentemente, os resultados dos atletas. Há uma série de fatores psicológicos que influenciam a carreira das ginastas de alto rendimento, desde estratégias para aumentar a motivação até cuidados com o esgotamento psicológico. Esse fato foi apontado pela literatura como um potencial fator para o encerramento da trajetória esportiva de ginastas ainda muito jovens (KERR; DACYSHYN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

No quadro 17, identificamos que o esgotamento psicológico foi determinante para que as ginastas encerrassem a carreira na GAF.

No discurso da Ginasta 2 percebemos o seu cansaço da rotina no ginásio, das responsabilidades e pressão, comuns no universo da GAF:

Eu acho que o cansaço, eu não aguentava mais essa rotina de todo dia acordar cedo e ficar o dia inteiro no ginásio, esse cansaço do treinamento, cansaço psicológico da rotina em si. Eu não queria mais cuidar do peso, eu estava cansada de ficar controlando o peso, então eu comecei a engordar.

Nesse depoimento identificamos que as ginastas ainda adolescentes enfrentam altas demandas por exigência, que no decorrer dos anos, contribuiriam para o esgotamento psicológico.

A frase de Gervis e Dunn (2004, p. 216) exemplifica que o cotidiano de um ginasta de alto rendimento exige essa alta demanda psicológica e força os atletas a uma rotina cansativa: “(...) o treinamento é sempre chato, repetitivo e longo. É uma demanda física e psicológica, que requer que os atletas forcem-se a limites extremos.”.

Ainda, a Ginasta 2 revela que o controle de peso e a preocupação em não engordar contribui para o esgotamento psicológico das atletas.

O controle de peso e os aspectos nutricionais são temas recorrentes nos debates sobre a GAF (SOARES, 2000; KERR; BERMAN; SOUZA, 2006; STEWART; SCHIAVON; BELLOTO, 2015; NEVES et al., 2016). Os autores afirmam que os treinadores exigem um corpo magro das ginastas e para isso as submetem a práticas contestáveis, com restrição de calorias e em alguns casos até o consumo de água é regulado.

Nos depoimentos, ficou muito claro que os cuidados com o peso ao longo da carreira sempre foram motivos de preocupação para as ginastas, como verificamos em alguns trechos destacados a seguir:

Mas, assim, nutrição, a gente evita ao máximo comer nas refeições pra comer besteira, a gente fazia umas loucuras de sábado de comer até não conseguir respirar e depois de sábado a tarde a segunda a gente não colocava uma gota de água na boca, colocava plástico no corpo, tomava uma porrada de laxante, ia correr domingo, umas coisas bem loucas assim. Quando eu cheguei em Curitiba a gente ainda comia comida de avião, aqueles pratinhos assim, eu até gostava, as meninas odiavam, mas logo depois tinha uma cantina que era do lado do Ginásio e aí foi quando as meninas novas chegaram, meio que teve uma renovação e aí acho que piorou essa questão da alimentação. (G1)

A gente tinha um controle bem rígido do peso. Pra mim em especial era bem difícil, porque quando eu comia um pouquinho a mais eu já engordava e eu não era uma menina muito forte, então quando eu engordava eu não conseguia fazer as coisas e isso me deixava muito triste e eu chorava porque não conseguia fazer e também chorava porque não podia comer, então era uma loucura, né. Era bem chato, pra mim a pior parte era a parte do peso que tinha que ficar controlando e não podia comer e não podia isso e não podia aquilo, sabe? (G2)

A questão é que se a gente engordasse a gente tinha que correr meia hora antes do treino, cheia de casaco, plástico, blusa de lã (...) Eles eram muito duros com isso, era muito puxado, o peso era muito importante, aí durante a semana a gente comia aquela comidinha, que na época era prato de avião (...) Mas a gente queria comer um pão de queijo, é claro (...) daí a gente deixava pra comer tudo no sábado, dia de semana a gente controlava e de sábado a gente comia o dia inteiro desesperadamente (...) chegava em casa cheia, com a barriga estourando, porque a gente estava acostumada a comer (...) então chegava no domingo e a gente só tomava café da manhã e de tarde a gente corria, as vezes a gente tomava aquele chazinho relaxante, daí a gente não jantava domingo, comia só aquela salada pra segurar. A estratégia era essa, um dia do lixo e o resto era controlado, mas do jeito que a gente fazia dava pra manter, não tinha o que fazer, não tinha outro jeito (G4).

Destacamos que as entrevistadas dispunham de acompanhamento de nutricionistas, entretanto, evidenciamos que em alguns casos persistem as orientações equivocadas e sem bases científicas de treinadores (SCHIAVON, 2009).

Por outro lado, Schiavon (2009) identificou comportamentos inadequados e compulsivos similares aos apresentados no discurso anterior. A autora pontua que a orientação por parte de nutricionistas não apresentou resultados satisfatórios e, assim, “nem sempre ginastas bem orientadas apresentaram atitudes coerentes com a vida de um atleta de alto rendimento” (p. 239).

O fato mais importante nesse assunto é que esses métodos equivocados de controle de peso são prejudiciais para a carreira esportiva das ginastas. A literatura aponta que esses podem levar as ginastas a problemas psicológicos como imagem corporal distorcida e distúrbios alimentares (KERR; BERMAN; SOUZA, 2006; NEVES et al., 2016).

Identificamos que os aspectos psicológicos influenciariam também a aposentadoria precoce na modalidade, como constatamos no discurso da Ginasta 5: “(...) *todos falaram “fica, você é muito nova, não pode parar agora” (...) sai e não olhei para trás, em nenhum momento eu pensei em voltar. Acho que era o psicológico mesmo que já estava abalado, mais do que a parte física (...)*”.

A ginasta revela que ela ainda teria condições de continuar com bom desempenho e acredita que ainda teria condições de disputar mais dois JO. Em outro trecho do seu discurso a mesma ginasta (G5) associa o encerramento da carreira ainda jovem ao fato de iniciar muito cedo na modalidade, conforme o destacado a seguir: “(...) *eu acho que essa questão de começar muito cedo também faz com que a atleta pare muito cedo, eu acho que o desgaste físico e o mental principalmente, eu acho que se começar muito cedo faz sair mais cedo.*”.

O depoimento da entrevistada vai ao encontro dos resultados do estudo sobre a aposentadoria na GAF (KERR; DACYSHIN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). Essas investigações questionaram as altas demandas físicas e psicológicas durante a infância e adolescência e como isso contribuiu para o encerramento precoce da carreira esportiva na Ginástica

O discurso da ginasta 6 revela que devido ao seu estado psicológico ela já não “amava mais fazer Ginástica”. Conforme discutido anteriormente os atletas intrinsecamente motivados são aqueles que persistiriam mais na prática e se dedicam por amor ao esporte (WEINBERG; GOULD, 2008). Dessa forma, acreditamos que a demanda psicológica da

GAF exigiria tanto das ginastas, que poderia afetar o comportamento até daquelas que são influenciadas por fatores motivacionais intrínsecos.

A ginasta 7 afirma que seu estado psicológico no final da sua carreira estava debilitado e ela passou por um período de depressão. A literatura aponta que problemas psicológicos como depressão, crises de identidade, baixo autoestima, isolamento social e uso e/ou abuso de álcool e drogas poderiam afetar atletas depois do encerramento da carreira esportiva (LAVALLEE, 2004). Assim, destacamos que esses problemas extrapolam a carreira esportiva e repercutem na vida pessoal dos atletas e mereceriam muito cuidado. Verificamos esses problemas psicológicos no discurso da Ginasta 1:

(...) eu sei o quão debilitada mentalmente que eu era, pensamentos suicidas, depressivos, de ansiedade e eu não era a única, talvez as meninas não sejam tão sinceras ou também porque elas não tem esse aprofundamento no estudo, que eu tenho hoje e não tenho mais esse preconceito de tentar esconder, porque isso acontece (...)

Acreditamos que essa discussão contribuiria para alertar os envolvidos na carreira esportiva das ginastas sobre a importância do acompanhamento psicológico durante e após a carreira das atletas.

Quadro 18 - Objetivo alcançado

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONEXO
Fatores para o encerramento da carreira esportiva na GAF	Objetivo alcançado	G2: Daí eu falei “fui pra Olimpíada que era o meu objetivo maior agora chega”. Vou ficar por dinheiro, não era o suficiente pra me segurar, entendeu? Então eu falei “bom, já tá difícil, eu estou cansada, essa rotina já me...”, daí eu falei “chega, chega, chega” e resolvi parar. G6: (...) na minha cabeça era uma coisa, assim, eu vou até o final, eu quero ir pra Olimpíada, era um sentimento de dever cumprido e, assim, tudo valeu a pena, eu passei por tudo isso e no final eu consegui cumprir o meu objetivo, o meu sonho, era um sonho ir pra Olimpíada.

Conforme discutimos na categoria anterior, no tópico sobre a meta de participar dos JO, os objetivos traçados em longo prazo são fatores que influenciam na motivação extrínseca de ginastas (LOPES; NUNOMURA, 2007; DOWDELL, 2013).

No presente estudo, identificamos claramente que o grande objetivo das ginastas era participar dos JO. Essa meta foi um fator que motivou as ginastas a se dedicarem intensamente, em média 13 anos (vide tabela 1, na seção resultados), e superarem todas as dificuldades na carreira de uma ginasta de alto nível.

Do ponto de vista da motivacional, Deci e Ryan (1985) indicam em sua teoria que os indivíduos têm a necessidade de demonstrar competência. Assim, estudos anteriores no contexto esportivo indicaram que a demonstração de competência é alcançada ao obter índices para participar de competições importantes, conquistar um lugar no pódio, e ter reconhecimento de terceiros envolvidos na prática esportiva (WEINBERG; GOULD, 2008).

Apesar da importância de traçar objetivos em longo prazo para a motivação dos atletas, há indícios que revelam que após alcançar a meta os atletas desenvolvem outros interesses e podem se desmotivar e buscar outras atividades para se satisfazer (DECI; RYAN, 2000ab, 2007, 2008).

Estudos que exploraram as experiências de ginastas no encerramento da carreira esportiva, identificaram que algumas atletas compreendem que o momento ideal para por fim na trajetória esportiva é após o período competitivo alvo (KERR; DACYSHIN, 2000; LAVALLLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008).

Encontramos essas duas situações distintas nos depoimentos apresentados no quadro 18, que revelam as experiências de duas ginastas que participaram dos JO. Ambas as atletas explicam que após alcançar a meta de participar do evento, sentiram que era o momento certo de parar.

Entretanto, identificamos algumas diferenças nos discurso das ginastas. A Ginasta 2 afirma que dois fatores principais contribuíram na sua decisão de parar: o primeiro foi alcançar o objetivo maior de sua carreira e; o segundo foi o esgotamento psicológico, discutido no tópico anterior.

Apesar de o discurso parecer que o sentimento de dever cumprido foi o que contribuiu na decisão, identificamos em outro trecho do depoimento da entrevistada que a frustração de não ter participado bem dos JO também influenciou no encerramento da carreira como ginasta:

(...) quanto a sair da Ginástica, pra mim já era uma decisão que estava tomada. A única coisa que me deixou triste foi a forma que eu competi nos Jogos Olímpicos, porque chega lá, o maior sonho da sua carreira, você vai em só um aparelho e ainda vai mal, entendeu? Isso me deixou com aquela pontinha, tipo, putz, poderia ter sido diferente, mas foi na hora, não tinha outra chance, ia fazer o que, né

O estudo de Lopes e Nunomura (2007), sobre a motivação de ginastas de 11 a 14 anos de idade, aponta que períodos competitivos não vitoriosos influenciam negativamente a motivação das atletas. Dessa forma, acreditamos que a frustração em competições influenciaria também no fim da carreira esportiva das ginastas.

Ainda, identificamos no discurso da Ginasta 2 reforço nos indícios de sua motivação intrínseca. Conforme discutimos anteriormente, o amor pela GAF e a auto realização foram fatores que moveram a ginasta ao longo de sua carreira, e, o seguinte trecho do seu depoimento evidencia a motivação intrínseca em detrimento da motivação extrínseca: *“Daí eu falei “fui pra Olimpíada que era o meu objetivo maior agora chega”. Vou ficar por dinheiro, não era o suficiente pra me segurar, entendeu?”*.

Sobre o depoimento da Ginasta 6, identificamos que sua meta de participar dos JO foi um dos principais fatores que a motivou ao longo da sua carreira a superar todas as dificuldades, como, as lesões e pressões vivenciadas por ela sua trajetória esportiva.

A participante afirma que: *“(...) tudo valeu a pena, eu passei por tudo isso e no final eu consegui cumprir o meu objetivo (...)”*, a sensação de dever cumprido reforça também a auto realização, um dos fatores que a motivou na permanência na GAF.

Ao analisar os estudos sobre aposentadoria na GAF e a motivação, nossos resultados revelaram dois fatores que influenciam na decisão de parar após alcançar o objetivo traçado: o sentimento de dever cumprido, relacionado ao fato de obter sucesso na competição e identificar o momento como a hora de sair com a cabeça erguida do esporte e; a frustração de não obter resultados significativos.

Acreditamos que mesmo após o cumprimento da maior meta da carreira, as ginastas tendem a desenvolver novos interesses e traçar novos planos. Os casos discutidos nesse tópico revelam que outros fatores, como o esgotamento físico e psicológico, incentivam as ginastas a não investirem na preparação para mais um ciclo olímpico.

Quadro 19 - Chegada da vida adulta

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Fatores para o encerramento da carreira esportiva na GAF	Chegada da vida adulta	<p>G6: Em contrapartida, eu já sabia na época que eu queria começar a estudar (...)</p> <p>G6: (...) eu tinha vontade de estudar, eu sabia que eu queria fazer faculdade e era uma coisa que pesava muito, então, eu ficava fazendo as contas, tipo, eu vou fazer 4 anos de faculdade, eu tenho 19, pra mim continuar na Ginástica significava continuar mais um ciclo, eu não tinha o objetivo de continuar por lazer, pra mim continuar eu continuaria pra ir pro Rio e aí eu pensava muito isso, até a Olimpíada do Rio eu terei 23, até começar a faculdade 24, 24 mais 4 é 28, eu tinha esse pensamento de ficar tarde pra começar estudar.</p> <p>G6: Eu não sabia também qual faculdade eu queria fazer, porque meu foco depois que eu fui pra Curitiba era Ginástica, então eu sei que eu sou boa na Ginástica e agora o que eu vou fazer da minha vida?</p>

Ryan (1995) afirma que a carreira de um ginasta de alto rendimento é uma corrida contra o tempo. O autor apoia-se nessa metáfora para explicar que a puberdade e os vários aspectos maturacionais e psicossociais atrelados a ela são responsáveis pelo fim da carreira no alto nível da Ginástica.

Discutimos no referencial teórico questões relacionadas à juventude das ginastas e as implicações no desenvolvimento da modalidade. Acadêmicos da área biológica analisaram a influência da puberdade no desempenho das ginastas (CLAESSENS et al., 1992, 2006; CAINE et al., 2001; CAINE; NASSAR, 2005; NUNOMURA; CARRARA; CARBINATTO, 2009; DUCHER et al., 2009; KIM; LIM, 2014; AMARAL et al., 2014; MALINA et al., 2015).

Entretanto, recentemente, a questão da idade recebeu atenção da área sociocultural do Esporte (KERR et al., 2015; BARKER-RUCHTI et al., 2016; KERR et al., 2017). E, estudos revelaram que seria possível continuar no alto rendimento da GAF após a puberdade.

Nesse tópico discutiremos a chegada da vida adulta como um fator que incentiva as ginastas a traçarem novos planos para suas vidas, como oportunidades de estudo e atuação profissional, para a independência financeira.

No quadro 19, apresentamos apenas o discurso da Ginasta 6, que se dedicou durante 12 anos a modalidade e com 19 anos de idade tomou a decisão de parar. Conforme discutido

anteriormente, outros fatores como as lesões e a realização do grande objetivo de sua carreira foram determinantes para ela encerrar sua vida de ginasta.

Verificamos em seu discurso também que após sua participação nos JO a ginasta tinha outros planos para sua vida. A reflexão foi sobre o valor de se dedicar a mais um ciclo olímpico ou se ela ficaria muito velha para iniciar os estudos em uma universidade e entrar no mercado de trabalho.

No discurso dessa participante identificamos que o dinheiro não era sua motivação para permanecer na GAF. As ginastas entrevistadas pertencem a uma geração que contou com mais investimento, receberam bolsas, porém isso não era suficiente para garantir independência financeira depois do encerramento da trajetória esportiva.

Entretanto, identificamos no discurso de outra participante do estudo que hoje em dia há ginastas que se mantem ativas, pelo retorno financeiro da modalidade: “A [REDACTED] hoje em dia, ela continua porque ela recebe um dinheiro muito bom e tal e se ela parar ela não tem nem faculdade, ela não conseguiu terminar nem a faculdade dela (G3).”.

Discurso que corrobora o depoimento da ex-ginasta Camila Comim entrevistada por Schiavon (2009, p. 321):

(...) Parece que ainda tinha uma coisa que me motivava a ir para o ginásio. Então eu fui para Atenas, quando eu voltei de Atenas em 2004 o que me motivava era o dinheiro, que eu tinha um patrocínio bom, eu já podia me sustentar. (...) Então o que me motivava, eu gostava de fazer ginástica, mas o que motivava era o dinheiro e não mais o objetivo de ir para mais uma Olimpíada e daí passou 2005, 2006, só em 2006 eu falei, bom acho que meu objetivo já está cumprido. (...) Eu quero continuar treinando? Acho que não. Eu posso ter mais um ano, dois anos de sucesso, posso, mas é meio incerto. Se eu demorar mais dois anos para acordar, eu podia já ter uma família porque tempo para namorar não tem, tempo para amigos não tem.

Além disso, a motivação da Ginasta 6 ao longo de sua trajetória na Ginástica mostrou inclinada para os fatores intrínsecos, assim, recompensas materiais não seriam suficientes para mantê-la na GAF.

Identificamos no depoimento da entrevistada que ela decidiu parar para se dedicar a um novo objetivo. Brandão (2000), em sua revisão de literatura sobre a transição da carreira esportiva, afirma que no esporte feminino um dos fatores que mais contribui na decisão de parar é a existência de novos interesses. Corroboram a autora os estudos internacionais de Kerr e Dacyshyn (2000), Lavalley e Robinson (2007), Warriner e Lavalley (2008) e Clowes et al. (2012).

A Ginasta 6 comenta que gostaria de estudar, mas não sabia ao certo o que fazer. Ela cita que sentia que a Ginástica era a única coisa para o qual se dedicou até os 19 anos de idade e pensava que só sabia fazer aquilo. No primeiro momento, ela cita que tentou cursar Educação Física, na tentativa de continuar no contexto esportivo, mas não gostava do curso, conforme seu discurso:

(...) eu terminei o terceiro ano lá em Curitiba e aí eu não comecei a fazer faculdade, na época eu cheguei a começar, mas eu parei (...) eu estava fazendo uma faculdade que eu não queria fazer, que era Educação Física, então eu optei por parar, porque eu não ia fazer uma coisa que eu realmente não quero (...)

O fato de dedicar vários anos integralmente à modalidade faz com que as ginastas sintam-se limitadas para outras atividades (BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). Schiavon (2009) apontou que no Brasil é realidade que as ginastas cursem Educação Física e atuem profissionalmente como professoras e/ou treinadores de GA.

Destacamos que a Ginasta 6 optou por cursar administração, na época da entrevista estava prestes a se formar e conta que hoje está contente com a decisão e os valores e que as dificuldades enfrentadas na GAF foram importantes também para sua vida universitária: (...) costumo falar que nem um estresse hoje é grande demais, depois do que a gente passou. Na faculdade eu via as pessoas desesperadas e eu totalmente o contrário, é como eu falei o aprendizado é pra vida e assim eu sou o que eu sou hoje (...).”.

Ao longo dessa discussão identificamos que a Ginasta com 19 anos tinha a maturidade para buscar novos rumos para sua vida. Com a chegada da vida adulta ela buscou abrir novas portas, que seriam essenciais para seu futuro profissional.

Por outro lado, há exemplos de ginastas que após o encerramento da carreira esportiva na juventude se sentem desesperadas (KERR; DACYSHYN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

Ponderamos que no caso da Ginasta 6 ela tomou suas decisões apoiada sempre pela família. Mas federações e confederações também deveriam apoiar seus atletas nos momentos de transição, que são apontados pela literatura como situações complicadas na vida dos atletas (BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016).

O sistema de esporte universitário brasileiro não é organizado como em outros países, como os Estados Unidos, que por sinal é considerado potência mundial da GAF. Assim, há

possibilidade de ginastas abandonarem a carreira esportiva, quando recebem oportunidades de bolsa no exterior.

Pontuamos que o apoio nos períodos de transição é um dos aspectos mais importantes e que merecem atenção, principalmente na GAF do Brasil. Posteriormente, discutiremos na unidade de registro “Transição no final da carreira na GAF” sobre a preparação para o encerramento da carreira esportiva e os cuidados nessa transição.

Quadro 20 - Renovação da equipe

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Fatores para o encerramento da carreira esportiva na GAF	Renovação da equipe	G2: (...) eu via que as meninas mais novas iam me passar, daí eu falei “eu vou ficar mais um pouco pra ver todos me passando?” eu vou é ralar peito. G4: Também porque vinha a Jade, que era uma grande promessa, então, não vai precisar dela, porque têm outras e tal, acho que foi isso.

Conforme discutimos anteriormente, a equipe exerce um papel importante na motivação e ao longo da carreira dos atletas. Identificamos que há fatores positivos e negativos relacionados à competitividade da equipe. Dessa forma, as ginastas são motivadas a demonstrar alto desempenho para não perder o lugar na equipe para suas próprias companheiras.

No momento do encerramento da carreira esportiva encontramos dois trechos nos depoimentos das Ginastas 2 e 4, que evidenciam que a renovação da equipe foi um dos motivos que potencializou o encerramento da carreira esportiva na GAF.

A Ginasta 2 explica que após cumprir seu objetivo de participar dos JO de Atenas em 2004, ela teve uma queda de rendimento. Associado a isso seu discurso no quadro 20 aponta que surgiu uma nova geração de ginastas que superariam seu desempenho e, consequentemente, ela perderia seu espaço na equipe.

No depoimento da Ginasta 4 encontramos algumas queixas contra a CBG. A entrevistada conta que após sua grave lesão no fêmur ela foi aconselhada a voltar para sua cidade natal para se tratar, pois segundo a coordenadora da CBG, a entidade não poderia custear sua permanência no CT de Curitiba sem treinar. A ginasta afirma que tinha a esperança de voltar para o treinamento depois da recuperação. Ela afirmou que a

confederação indicou um médico e custeou seu tratamento, mas depois que teve alta não teve chances de voltar e, sequer, conseguia falar com os dirigentes em Curitiba.

A partir desse cenário, a participante especula que um dos fatores para ela ter sido deixada de lado pela CBG, foi o fato da renovação da equipe e do surgimento de novos talentos na GAF do Brasil.

No caso da Ginasta 4 identificamos o encerramento involuntário da carreira esportiva. Segundo Kerr e Dacyshyn (2000) o encerramento involuntário ocorre quando as ginastas não são selecionadas para equipe ou tem que se afastar por motivos de lesão ou outra situação que as afaste do treinamento. Ainda, as autoras citam o caso de uma ginasta que foi avisada por carta que não faria mais parte da equipe. Dessa forma, acreditamos que a renovação da equipe seja um fator involuntário para o encerramento da carreira esportiva.

Por outro lado, questionamos a preponderância do fator “renovação da equipe” para o fim da carreira na GAF do Brasil, pois no Brasil há pouca renovação da equipe (SCHIAVON 2009; SCHIAVON et al., 2013; LIMA, 2015). Schiavon (2009) pontua que no Brasil o número de ginastas no alto nível equivaleria àquele de ginastas necessárias para compor a seleção brasileira.

Dessa forma, no Brasil as mesmas ginastas competem em ciclos olímpicos seguidos até que outras ginastas com nível equivalente sejam formadas (SCHIAVON, 2009). O caso mais recente é da ginasta Daniele Hypólito que participou de 5 edições dos JO (2000-2004-2008-2012-2016).

Ressaltamos também o discurso de uma das ginastas entrevistadas que aponta a falta de renovação na GAF do Brasil:

(...) o país não tem renovação, não tem quem entre no lugar, porque se tivesse a maioria não estava ali. Porque a gente sabe que hoje infelizmente a gente não tem ginastas muito boas, [REDACTED] competindo até hoje é uma falta de renovação total (...) [REDACTED] é uma questão clássica de falta de inovação, acho que é um erro do sistema da Ginástica nacional hoje (...) (G1)

Ainda, se compararmos a GAF do Brasil com as potências mundiais da GAF reforçamos essa falta de renovação. Contrariamente, nos Estados Unidos há duas equipes de GAF, a *júnior* e a *sênior*, cada uma com 24 ginastas, sem contar as 400 atletas que disputam o campeonato nacional (SCHIAVON, 2009).

A partir dessa discussão, consideramos que os depoimentos das Ginastas 2 e 4 indicam a renovação da equipe como um fator influenciador no final da carreira esportiva da GAF do Brasil. Possivelmente, no cenário internacional da modalidade esse fator interferiria mais no

encerramento involuntário da carreira esportiva, pela constante renovação das equipes competitivas e do maior número de atletas.

Ainda, os dados levantados incitam a reflexão sobre a necessidade de reestruturar o sistema esportivo do Brasil. No caso específico da GAF, uma das alternativas seria investir nas categorias de base, que abastecem o esporte de alto rendimento do país.

Quadro 21 - Adaptações e planejamento no final da carreira esportiva na GAF

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Transição no final da carreira na GAF	Adaptações e planejamento no final da carreira esportiva na GAF	<p>G1: Eu demorei muito tempo pra conseguir parar, eu digo que eu fiquei mais de um ano pra conseguir parar. É muito difícil você parar, né, porque todo mundo fala que é a única coisa que você aprendeu na vida, a única coisa que você sabe na vida, que você não sabe fazer mais nada na vida, então não faz sentido você parar.</p> <p>G1: Eu acho que muito pelo contrário, eu entendo hoje que eles (treinadores) não têm a menor preparação pra preparar um atleta pra parar. Mas eu acho que pior que isso é você piorar a situação, se você não tem nada pra fazer, não faça nada (...) Desnecessário você dizer pra pessoa que ela não é capaz de continuar ou desmerecer ela como atleta, como pessoa, eles me desmereceram como pessoa.</p> <p>G2: E quando eu resolvi sair da Ginástica, inclusive, eu fiz um acompanhamento com Psicólogo, porque tem muitas ginastas que saem e ficam loucas.</p> <p>G4: (...) eu fui abandonada, porque quando eu fui pra sala da [REDACTED] que ela foi me dar a notícia eu fui com a esperança dela falar “você vai, mas você vai voltar”, eu acreditei, mas desde que eu fui pra Natal (...) eu até tive acompanhamento médico, eles me indicaram um médico e eu não tive que pagar nada, eu fiz as consultas, fiz ressonâncias lá em Natal, até fui acompanhada, mas depois que eu tive alta ninguém mais falou comigo, não tive nem um contato, nem telefonema, nem nada.</p> <p>G6: (...) eu conversava muito com o meu namorado sobre isso, ele é ginasta também, que eu tinha essa vontade de parar e tinha essa dúvida, eu não sabia se era uma vontade concreta, eu tinha essa dúvida e conversa muito com ele. Eu acho que a [REDACTED] sabia também, porque era nítido que eu estava esgotada. Mas não existe essa preparação e eu acho que isso é o pior, porque eu fiquei extremamente perdida.</p>

		G7: Não (teve preparação para parar). Eu não queria parar de jeito nenhum, eu sofri muito, até hoje eu olho e penso que eu podia ter aguentado um pouco mais. Eu lembro que na época eu me lesionei e meu objetivo era a Olimpíada.”
--	--	--

Os ginastas passam anos emergidos no contexto sociocultural do ginásio e, ao longo desse tempo, a maioria das interações sociais acontece nesse cenário. Bortoleto (2004) em seu estudo com ginastas espanhóis de GAM e Oliveira (2014) em sua tese sobre a GAF expõem que a microcultura nos ginásios é particular.

O vínculo com os treinadores, com as companheiras de equipe e demais pessoas que pertencem a essa microcultura, faz com que a vida dentro deste local seja vivida “paralelamente” àquela exterior (BORTOLETO, 2004; BARKER-RUCHTI, 2011; OLIVEIRA, 2014). Esse vínculo forte se acentua, pois as atletas, geralmente, são jovens e ficam longos períodos longe de suas casas e famílias.

A significância desse vínculo e a falta de convívio com a sociedade faz com que a decisão de parar seja um período complicado na carreira das ginastas, conforme Bortoleto (2004, p. 398):

o profundo vínculo que estas pessoas estabelecem com o grupo e com o ginásio, faz com que muito que abandonam esta realidade e continuem visitando a sala sem esconder que o final da carreira é um momento muito complicado e difícil de digerir, dado que grande parte da memória de suas vidas faz referência ao que viveram unicamente no interior daquela sala (p.398).

Ao percorrer a literatura identificamos ginastas que passam por dificuldades psicológicas e sociais com o final da carreira (KERR; DACYSHYN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). Esses estudos identificaram problemas como conflitos de identidade devido à devoção da vida a GAF e à dificuldade das atletas de se engajarem em atividades novas no futuro. A principal contribuição desses estudos para o desenvolvimento esportivo e pessoal das ginastas é apontar que a preparação nessa transição poderia minimizar as dificuldades enfrentadas.

Acreditamos que a preparação para esse momento de transição seja fundamental. Dessa forma, nesse tópico discutiremos a importância dessa preparação a partir da crítica a ausência disso no final da carreira das ginastas.

Encontramos experiências diferentes entre as ginastas. Acrescentamos que algumas dessas perspectivas refletem aspectos discutidos nas categorias anteriores, como o apoio dos pais ao longo da carreira esportiva.

O discurso da Ginasta 1 reforça nossas discussões anteriores sobre a Ginástica ser a única atividade que as ginastas dominam, assim, elas acreditam que não conseguiriam desempenhar em outro campo que não fosse a GA. Esse fato, somado a vida fechada no ginásio dificulta e, muitas vezes, faz com que as atletas protelem a decisão de parar. A ginasta 1 afirma essa situação.

Quando perguntada se foi preparada para esse momento, a ginasta critica, duramente, os envolvidos em sua carreira. Ela revela que, além de não receber essa preparação, foi desmerecida como atleta. Esse tipo de discurso coincide com a literatura em que as ginastas são vistas como máquinas de desempenho, que são descartadas quando cessam os resultados (BARKER-RUCHTI; TINNING, 2010).

A Ginasta 2 afirmou que fez acompanhamento com psicólogo quando tomou a decisão de encerrar sua carreira na GAF. Ela conta que sua mãe foi responsável por isso, pois considerava que a ginasta passou por um processo longo e precisaria desse auxílio, conforme o seguinte discurso:

Então a minha mãe falou “olha [REDACTED], foi um processo muito longo, agora você vai numa terapia” e eu fui, mas foi pouco tempo, acho que se eu fui em 3 encontros foi de mais e já me inseri nesse contexto da Ginástica, então foi uma transferência, transferência de papéis.

Por meio desse discurso e das discussões anteriores, reforçamos a importância do auxílio familiar durante, no momento de transição e após o final da carreira esportiva na GAF.

No discurso da Ginasta 4 identificamos mágoa com os dirigentes da CBG. Conforme discutimos no tópico sobre a renovação da equipe, a ginasta afirma que foi “abandonada”. Recebeu auxílio médico após sua lesão, mas depois não recebeu sequer um telefonema da entidade. Dessa forma, a entrevistada revela que, além de não receber a preparação necessária nessa transição, o fato de não ser devidamente informada sobre sua real situação fez com que ela se revoltasse e enfrentasse problemas no final da carreira.

Discutimos que a Ginasta 6 tinha novos planos após participar dos JO de 2012. Por outro lado, seu depoimento no quadro 21 revela que apesar da vontade de estudar e partir para novos rumos, ela teve dificuldade na decisão de parar. Ela diz que teve várias conversas com seu namorado, que também era ginasta da seleção, sobre essa vontade de parar. Chama atenção, pois a ginasta acredita que sua treinadora sabia de seu esgotamento físico e

psicológico. Por fim, ela pontua que a falta de preparação dos de treinadores e das confederações é a pior parte, pois deixa as ginastas desnorteadas no final da carreira.

A Ginasta 7 encerrou sua carreira principalmente por lesões agudas e esgotamento psicológico. Ela sofreu de depressão no final da carreira e seu discurso no quadro 22 revela que ela não queria encerrar sua carreira, pois ainda sonhava ir aos JO. Kerr e Dacyshyn (2000) apontam que em casos como esse, em que o encerramento da carreira é involuntário a preparação para aposentadoria é importante, para superar os problemas psicológicos e se engajar em outras atividades.

Os discursos apresentados revelam que treinadores e entidades que norteiam a carreira esportiva das ginastas não as preparam nessa transição. Ainda, a Ginasta 1 aponta que os treinadores e a confederação não estão aptos para essa tarefa.

A ex-ginasta Luisa Parente entrevistada por Schiavon (2009) também cobra de federações e confederações políticas públicas de apoio a esse período de transição de ativo para aposentadoria.

Depois da ginástica tivemos problema. Um problema que é uma coisa que tem que ser enfrentada até como questão de política pública porque eu entendo assim também. A transição, a questão de você encerrar uma carreira que você a vida inteira se dedicou e depois você vai fazer o quê? No caso eu já tinha até duas áreas para atuar: Educação Física e Direito. Sendo que a Educação Física, a própria Educação Física eu tinha escolhido como um complemento teórico do que eu tinha feito na prática, então eu não saberia se eu ia realmente ser uma boa professora. Eu tinha essas dúvidas e então essa fase de transição, eu me lembro: era sofá, televisão, comida, então engordasse. E você fica assim: e agora? O quê que eu vou fazer? E agora? A vida inteira eu fiz Ginástica, mas e agora? (risos). E é aquela história, você querendo saber para qual lado ir. E olha que eu tinha duas frentes. Mas aos poucos fui me dedicando às duas áreas, até fui vendo que eu também tinha outras competências, digamos assim, que poderiam me salvar, que eu não sabia só fazer Ginástica. Que eu também sabia viver, que eu também sabia namorar, sair, que eu também sabia ser gente normal, de vestir uma roupa e enfim, a minha mãe que reclamava, e brincava: “minha filha, toda roupa social que você veste, você experimenta para ver se vai rasgar. Você não vai fazer Ginástica com essa roupa, você vai só para uma festa, mas é que era tudo tão incutido. (p. 323)

Tendo em vista a relevância desse auxílio aos ginastas que dedicaram suas vidas a GAF seria importante que o sistema esportivo brasileiro fomentasse esse planejamento. Países como Austrália, Bélgica, Canadá, Espanha, Estados Unidos e Inglaterra traçam estratégias que auxiliam os atletas na transição (BRANDÃO, 2000; ENGLISH INSTITUTE OF SPORT, 2008). Esses programas contribuem financeira e psicologicamente na transição no final da carreira esportiva.

Quadro 22 - Vida Pós-GAF

CATEGORIA	UNIDADE DE REGISTRO	UNIDADES DE CONTEXTO
Transição no final da carreira na GAF	Vida Pós GAF	<p>G1: Logo depois que eu parei eu quis ser técnica, porque eu achava que a Ginástica era a minha vida e eu não sabia fazer outra coisa, foi quando eu me deparei que eu comecei a reproduzir tudo que faziam comigo e eu percebi que eu não queria ser essa pessoa (...) Por isso segui outros caminhos e hoje estou no doutorado em saúde mental (...)</p> <p>G2: Quando eu resolvi parar de treinar eu fiquei tipo, duas semanas em casa, já estava fazendo faculdade de Educação Física e me chamaram pra trabalhar no ginásio e aí eu já voltei. Então, eu fiquei duas semanas fora desse contexto e já emergi de novo. Daí eu trabalhei como treinadora, terminei a faculdade de Educação Física, dei treino de 2005 até 2016. Aprendi muito, foi muito legal essa experiência, adoro dar treino de Ginástica, gosto muito de fazer isso. Resolvi fazer o mestrado pra abrir um pouco minhas portas no futuro e acho que foi isso. Sempre tudo voltado pra Ginástica.</p> <p>G3: Eu sei de meninas, as minhas companheiras de equipe na seleção brasileira, muitas não queriam nem ver, porque a gente passou por esse momento de transição todo mundo junto, de 2000 a 2004 foi uma experiência muito ruim pra Ginástica do Brasil. Então, eu acho que a maioria não seguiu na carreira de técnica e tal, eu segui.</p> <p>G3: Eu parei de treinar em um dia, no dia em que eu decidi parar eu fiquei uma hora no solo esperando e chorando, aí eu fui falar com minha treinadora “não quero mais”. Ela me abraçou e me beijou e falou “eu quero você amanhã aqui estagiando comigo”, porque eu já fazia faculdade.</p> <p>G3: (...) eu fui pro Cirque du Soleil também, mas daí por causa da Ginástica e um problema que não foi diagnosticado pelo médico na seleção e eu tive que voltar por causa de um problema muito grave no ombro, não operei nada enquanto eu estava na Ginástica, quando eu sai da Ginástica descobriram que eu tinha um problema grave no ombro, aí sai do Cirque du Soleil para operar o ombro e não voltei mais.</p> <p>G4: Eu não liguei não, fui viver a minha vida, fiquei revoltada e lá não estudava, a gente estudava muito pouco, porque a gente viajava, então eu não tive base nenhuma, ou seja, eu me</p>

		<p>ferrei, porque eu parei no terceiro ano pré-vestibular, eu não sabia muita coisa, a gente tinha muita facilidade lá, o professor fazia uma prova fácil, consultava, quando eu vi eu lá tirando 2, 3, fiquei mais revoltada ainda, foi aí que aconteceu, acabei indo pra um caminho nada a ver. Mas foi bom, foi experiência também, se não fosse assim eu não estaria dando tanto valor agora, porque a gora eu tenho filhas, eu estudo, agora eu estou correndo atrás do prejuízo.</p> <p>G5: Logo que eu sai a minha maior preocupação era cursar uma faculdade, porque meus pais não tinham condições de pagar uma faculdade e isso que eu fiquei com medo (...) porque a gente não junta um dinheiro durante a carreira, a gente sai sem nada, então essa foi minha preocupação (...) Mas graças a Deus a gente tinha o patrocínio de uma faculdade aqui de Curitiba, daí eu consegui me formar em Educação Física com bolsa integral e logo que eu sai da Ginástica um treinador que me treinou durante anos na Ginástica trabalhava em uma academia e logo que eu sai ele me contratou pra trabalhar nessa academia. Tive uma mudança muito grande no meu corpo, engordei 10 quilos muito rápido, então foi uma mudança bem radical mesmo. Aí eu me formei em Educação Física, logo depois já fiz Fisioterapia e agora tenho meu próprio negócio. Então, a Ginástica me ajudou em certas questões e me deu algumas coisas boas, lógico que foi sofrido e teve momentos ruins, mas a maioria foram momentos bons, conheci vários lugares, minha família até hoje fala “ah, minha atleta”, tem orgulho pelo o que eu fui, pelo o que eu conquistei e no meu trabalho ajuda bastante, eu posto fotos, publico vídeos meus na página do meu estúdio.</p> <p>G6: Quando eu parei eu fiquei até o final do ano sem fazer nada, basicamente eu ficava em casa comendo, literalmente, eu vou comer tudo o que eu não comi na minha vida e vou descansar. Aí no início de 2013 eu comecei a fazer cursinho (...) fiz vestibular no meio do ano, passei na faculdade e já comecei, eu faço administração e estou terminando agora, exatamente agora no meio do ano. Mas fora isso, vida, uma vida social (...) são coisas básicas, eu não digo nem sair, ir em festas, isso é muito legal, mas o que eu mais gosto é de não ter o estresse (...) eu acho que o que eu mais gosto hoje é essa leveza, costumo falar que nem um estresse hoje é grande de mais, depois do que a</p>
--	--	--

		<p>gente passou (...) Eu acho que é isso, o que eu mais gosto é que eu não tenho um super estresse e a liberdade de poder fazer coisas simples como sair pra jantar, ou ver um filme até tarde e não me preocupar.”</p> <p>G7: Antes de eu parar eu fazia Educação Física, eu consegui uma vaga pra estagiar no Flamengo, foi o que me deu um pouco de força pra não sair totalmente da Ginástica, só que querendo ou não o salário de estagiário era pouco e pra você viver no Rio era impossível, eu consegui ficar lá 2 anos, mas chegou uma época em que eu não estava conseguindo me sustentar lá. Aí uma amiga me ofereceu a casa dela pra eu morar e eu comecei a trabalhar no Fluminense, porque um dos treinadores de lá ficou sabendo que eu pedi pra sair do Flamengo, aí fiquei lá por um tempo, aprendi bastante coisa lá também, trabalhei com a iniciação. No meio de 2015 fui convidada pra trabalhar nos Estados Unidos, fiquei lá 6 meses trabalhando, eu já era formada em licenciatura, agora eu resolvi voltar pra terminar meu bacharelado e agora dia 19 eu volto pra lá pra trabalhar mais um pouco.</p>
--	--	--

Neste tópico apresentaremos as experiências das ginastas após o encerramento da carreira esportiva. Nossa ideia é continuar o tópico anterior e discutir as implicações de todo o processo que as entrevistadas viveram ao longo da trajetória esportiva na vida pessoal e os rumos que cada uma tomou após a aposentadoria como ginasta.

Ao longo de nossas discussões identificamos o comportamento da motivação e como as experiências vividas pelas ginastas influenciaram na tomada de decisão de cada uma. Dessa forma, nessa unidade de registro também identificamos similaridades e diferenças entre os discursos.

Anteriormente, debatemos os indícios que coincidem com a literatura sobre a dificuldade das ginastas de se desassociarem desse papel (KERR; DACHSYN, 2000; LAVALLEE; ROBINSON, 2007; WARRINER; LAVALLEE, 2008; CLOWES et al., 2012; BARKER-RUCHTI; SCHUBRING, 2016). Nesse tópico, encontramos essa questão.

As Ginastas 1, 2, 3, 5, 7 relatam que, logo após o encerramento da carreira na GAF, elas iniciaram uma nova carreira como treinadoras. Segundo Schiavon (2009) esse novo caminho na GA visa amenizar as mudanças significativas desse período de transição. Apesar das 5 ginastas citadas iniciarem o novo trabalho com a GA, destacamos que somente as Ginastas 2, 3 e 7 seguiram nessa área de atuação profissional.

A ginasta 1 afirma que, apesar de ter graduado em Educação Física, sentiu que reproduzia tudo aquilo que viveu na prática. Ressaltamos que essa entrevistada apresentou uma visão negativa da GAF ao longo de sua carreira, e identificamos que fatores extrínsecos (auxílios financeiros, pressão dos treinadores, entre outros) foram predominantes para mantê-la ativa na GAF.

Essas experiências negativas fizeram a ginasta seguir outros rumos. Hoje em dia ela faz doutorado na área de saúde mental de atletas e revela que ela gosta da modalidade e espera contribuir para o seu desenvolvimento no futuro, conforme seu discurso:

Mas eu gosto muito da Ginástica e mais do que isso, eu acho que a gente tem muito que colaborar pra mudar esse patamar da Ginástica, sabe? Isso é uma coisa que eu penso pro futuro, quem sabe com o meu doutorado se surgir uma vaga de uma professora de Ginástica numa faculdade e começar por aí. São possibilidades, eu estou abrindo portas e não fechando, mas hoje eu me enxergo assim. Tive que me desvencilhar desse sistema, mas eu acho que me fez muito bem, muito bem e talvez um dia eu volte, mas de uma forma diferente, da forma que eu acredito que seja melhor.

A Ginasta 5 comentou sua preocupação em cursar uma faculdade após o encerramento da carreira de atleta. Ela afirma que graças ao patrocínio e à bolsa que recebeu na faculdade obteve duas formações: profissional de Educação Física e de fisioterapeuta. Durante o curso de Educação Física começou a auxiliar um treinador de GA, mas foram surgindo outros interesses e oportunidades. Hoje, a entrevistada é proprietária de um estúdio de Pilates e Personal Trainer. Por fim, ela destaca que deve parte do que ela conquistou à GAF.

Nesse discurso da Ginasta 5 observamos a importância da bolsa integral que ela recebeu na faculdade. Retomamos a discussão do tópico anterior para ressaltar os programas que auxiliam os atletas na transição no final de carreira, como proposto por Brandão (2000) e como é feito em outros países (ENGLISH INSTITUTE OF SPORT, 2008).

No caso das Ginastas 2 e 3, que até hoje trabalham no universo da Ginástica, identificamos que os fatores intrínsecos que as motivou durante a carreira poderiam influenciar também nessa nova fase de suas vidas.

O “Amor” pela GAF é evidente na entrevista da Ginasta 2. A entrevistada, hoje com 30 anos de idade, conta que a ginástica entrou em sua vida quando ela tinha 5 anos e, desde então, não saiu mais. Ela afirma que logo após esses 15 dias imergiu novamente no cotidiano do ginásio, no cargo de treinadora. A ginasta revela uma experiência muito positiva como treinadora, e afirma que depois de 16 anos treinando ginastas de categorias de base, faz seu

mestrado, também na área da GA, para aprimorar seus conhecimentos e conquistar novas oportunidades.

A ginasta 3 também tem trajetória semelhante, pois atuou como auxiliar de sua ex-treinadora e, posteriormente, atuou como treinadora e em um cargo administrativo na CBG. Chama atenção no discurso dessa entrevistada sua transição para outra atividade acrobática, o *Cirque Du Soleil*.

Outras ex-ginastas brasileiras tentaram seguir sua vida em outras atividades, como, Camila Comin, que também foi ao *Cirque Du Soleil*, Laís Souza e Adrian Gomas, ambas no esquí acrobático. A literatura aponta que o circo chama atenção das ginastas, pois a rotina é mais amena do que no esporte competitivo, o julgamento do erro é lidado com menos pressão, e é também uma oportunidade de independência financeira (TAYLOR; OGILVE, 1994; TAYLOR; OGILVE, 1998; CARBINATTO; SANTOS, 2016). Os autores sintetizam que um dos motivos que afeta o fim da carreira no esporte de alto rendimento é seu formato competitivo.

A Ginasta 7 também continua a trabalhar como treinadora de GA. Ela comentou sobre suas dificuldades de estudar e de se estabelecer profissionalmente após o término da carreira. Mas, com auxílio dos amigos e da família venceu as dificuldades. Atualmente, ela está nos Estados Unidos e trabalha como treinadora de GA em um ginásio local.

Dentre as ex-ginastas entrevistadas, apenas as Ginastas 4 e 6 nunca tiveram contato com a GA após o fim da carreira na modalidade.

Discutimos o caso complicado da Ginasta 4 nos tópicos anteriores, em que afirma que passou por situações difíceis após o término de sua carreira. A entrevistada afirma que a educação formal que recebeu ao longo da carreira como ginasta prejudicou suas novas perspectivas após a aposentadoria.

As ginastas entrevistadas não frequentaram escolas. Conforme Nunomura e Oliveira (2012), as ginastas da seleção brasileira que cursavam o ensino fundamental ou médio, recebiam aulas particulares no CT de Excelência, como alternativa para não serem prejudicadas em relação aos estudos.

Por outro lado, o discurso da Ginasta 4 revela que a educação no CT não era priorizado, assim, ela teve dificuldade para continuar os estudos. Corrobora esse fato o discurso da Ginasta 1: “ (...) a gente não tinha aula, os professores tentavam contar piada ou conversar pra animar a gente.”.

A negligência ou restrição ao ensino formal para jovens foi apontada pela literatura como uma forma de abuso no contexto da GAF (STIRLING; KERR, 2009; PINHEIRO et al.,

2014; SMITS; JACOBS; KNOPPERS, 2016). É essencial que os envolvidos na carreira esportiva das jovens ginastas se conscientizem sobre a formação plena delas, como atletas e como cidadãs.

A Ginasta 4 afirma que superou as dificuldades e conseguiu concluir o ensino médio e mudou-se com sua família para o Rio de Janeiro. Hoje ela cursa Enfermagem e diz estar feliz com suas duas filhas e seu noivo.

No caso da Ginasta 6, desde quando pensava em parar já sabia que não queria continuar em outra atividade na GAF. Assim, ela voltou para sua casa no Rio de Janeiro e optou por cursar Administração.

Chama atenção em seu discurso a compulsão por comida logo após o encerramento da carreira. A literatura aponta que as ginastas passam anos de sua carreira com dietas restritivas e maus hábitos alimentares e, quando aposentam, poderiam enfrentar distúrbios alimentares, que são acentuados pelo fim do treinamento (KERR; BERMAN, SOUZA, 2006; STWART; SCHIAVON; BELLOTO, 2015; BARKER-RUCCHTI; TINNING, 2016). Os autores pontuam que o esgotamento físico e psicológico poderia fazer com que as ginastas abdicuem completamente da prática esportiva e de exercícios físicos, algo que reforça esse cenário.

A Ginasta 6 afirma que o que mais gosta de sua vida pós GAF é a liberdade e sua vida social, conforme o trecho destacado:

Mas fora isso, vida, uma vida social (...) são coisas básicas, eu não digo nem sair, ir em festas, isso é muito legal, mas o que eu mais gosto é de não ter o estresse (...) eu acho que o que eu mais gosto hoje é essa leveza, costume falar que nem um estresse hoje é grande de mais, depois do que a gente passou (...) Eu acho que é isso, o que eu mais gosto é que eu não tenho um super estresse e a liberdade de poder fazer coisas simples como sair pra jantar, ou ver um filme até tarde e não me preocupar

A restrição da vida social no esporte de alto rendimento foi discutida anteriormente e também é considerada pela literatura como uma forma de abuso (STIRLING; KERR, 2009; PINHEIRO et al., 2014; SMITS; JACOBS; KNOPPERS, 2016). O discurso revela que a descoberta desse novo mundo coincide com o estudo de Clowes et al. (2012), que apontam que o encerramento da carreira esportiva pode ser visto de uma maneira positiva para o atleta.

Apesar dos problemas enfrentados por algumas das ginastas, das experiências positivas e negativas ao longo da carreira, hoje, todas estão bem, seguiram seu caminho e, com certeza, terão sucesso nessa nova caminhada.

Essa discussão nos permite afirmar com clareza que o processo que ocorre ao longo da carreira esportiva das ginastas influenciará também suas vidas pessoais. Dessa forma, o fim da vida de atleta poderia significar um novo começo.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apresentamos três temas que refletem momentos importantes da carreira esportiva das ginastas de nosso estudo. Em cada etapa identificamos experiências diferentes que contextualizaram as perspectivas, aspirações e escolhas de cada participante. Discutimos unidades de registro que permitiram traçar o panorama geral da trajetória esportiva das entrevistadas e refletir sobre as implicações desse cenário no encerramento de sua carreira esportiva.

Pontuamos as semelhanças e diferenças em cada depoimento, que foram discutidas ao longo da dissertação, algo que enriqueceu nossa análise e aprofundou o debate sobre a carreira esportiva na GAF do Brasil.

Identificamos que há inúmeros fatores que interferem no processo complexo que é a carreira esportiva na GAF. Para discutir esses fatores procuramos a teoria que melhor se adequaria aos nossos objetivos. Na conclusão desse projeto consideramos que nossa escolha, ou seja, a teoria da Motivação atendeu aos propósitos do estudo.

Na seção de discussão refletimos sobre cada experiência relatada. Debates algumas unidades de registro com mais profundidade devido a maior volume de depoimentos. Entretanto, os tópicos menos mencionados pelas participantes não perdem sua importância e contribuíram para a contextualização e o entendimento do processo pelo qual as ginastas passaram.

Ainda, na discussão dos resultados além de descrever e debater as experiências de cada ginasta procuramos apontar direcionamentos a partir do diálogo com a literatura. Esperamos que esses e os demais direcionamentos que serão apontados nessa seção ajudem o desenvolvimento da carreira esportiva das futuras gerações de ginastas.

Do ponto de vista metodológico, acreditamos que a pesquisa qualitativa foi um caminho satisfatório para alcançarmos nossos objetivos. Entretanto, ao analisar a carreira esportiva das ginastas de alto rendimento no Brasil, identificamos que mais estudos nessa área sejam necessários para o entendimento holístico desse processo.

Na iniciação esportiva das ginastas destacamos a importância dos pais e das características da GA na motivação extrínseca. Nesse sentido, o desenvolvimento de estratégias que atraiam mais praticantes aos ginásios é essencial. O treinador deve potencializar a exploração das características da modalidade e do componente lúdico para estimular o gosto pela prática e facilitar o desenvolvimento das demais etapas da carreira

esportiva. E dos pais, aproxima-los do ginásio, conhecer a modalidade e dialogar sobre o desenvolvimento do filho.

Identificamos a importância dos pais ao longo de toda trajetória esportiva das ginastas. Apesar da participação integral, em cada etapa observamos o papel parental de diferentes perspectivas.

Na iniciação destacamos os pais como financiadores e facilitadores da prática. Na ascensão ao alto rendimento apontamos a família como um dos principais fatores de motivação extrínseca, pois são responsáveis por auxiliar as ginastas a superarem as dificuldades e oferecer as condições para manter. No momento do encerramento da carreira das participantes o papel parental foi essencial para elas se adaptarem às dificuldades desse momento de transição, além de orientar sobre a carreira profissional, novos caminhos e outras atividades.

Na categoria “Motivação para permanência na GAF” identificamos que o período de ascensão para o alto rendimento envolve uma série de adaptações e dificuldades na carreira das ginastas. Barker-Ruchti e Schubring (2016) apontaram a importância desses períodos de transição na trajetória das atletas e indicam que a maneira como elas lidam com essas dificuldades varia de acordo com suas disposições, que consistem em suas atitudes, interesses, meios de conduta e dependem do contexto em que elas estão inseridas.

Nesse sentido, o papel da motivação é essencial para manter as atletas engajadas em um período em que se aumenta a carga de treinamento, a pressão por resultados e as demandas da modalidade em geral.

Destacamos a relação atleta-treinador como um fator preponderante para permanência na GAF e para todas as fases da carreira das ginastas. A qualidade nessa interação é essencial para obter sucesso na carreira esportiva. Por outro lado, nossos resultados revelaram indícios e experiências negativas que indicam o autoritarismo e a passividade das ginastas perante os treinadores, características culturalmente enraizadas na GAF (BARKER-RUCHTI; TINNING, 2010; BARKER-RUCHTI, 2011; OLIVEIRA, 2014).

Barker-Ruchti (2011) e Oliveira (2014) discutiram a cultura dos ginásios de treinamento de GAF e apontaram valores e comportamentos inerentes nesse contexto. Na atualidade essa discussão é muito importante frente aos casos de abuso que vem à tona na modalidade, principalmente aqueles evidenciados pela mídia na Ginástica dos Estados Unidos.

Nesse ano o julgamento de Larry Nassar, ex-médico da Ginástica americana, chocou o mundo. Mais de 150 ginastas prejudicadas uniram forças e seus depoimentos condenaram

Nassar a até 175 anos de prisão por abuso sexual e pornografia infantil. (GLOBOESPORTE, 2018). Após esse escândalo as ginastas também dispararam contra o renomado treinador John Geddert, com queixas de maus tratos (CNN, 2018).

Há diferentes formas de abuso que nos últimos anos receberam atenção da literatura (STIRLING; KERR, 2009; PINHEIRO et al., 2014; SMITS; JACOBS; KNOPPERS, 2016). Enquanto os estudos apontam esses casos como um problema para a trajetória esportiva das atletas, o treinador poderia argumentar que as práticas equivocadas são decorrentes da complexa relação com a atleta e que tudo é feito para o bem delas, ou seja, o sucesso no esporte.

De fato a cultura da GAF merece muita atenção, pois envolve uma série de particularidades e relações complexas. A partir dos casos que acontecem no ginásio refletimos se a cultura abusiva no treinamento da modalidade vale a pena para chegar ao pódio.

Acreditamos que o treinador lida com as expectativas das ginastas, dos pais, das federações e de suas próprias aspirações. Dessa forma, sua conduta dependerá da interação com os envolvidos, da forma como ele será cobrado e de seus objetivos. Por isso, ponderamos que há vários responsáveis pelas atitudes inadequadas que acontecem no ginásio.

Por outro lado, acreditamos que toda cultura poderia ser alterada quando a saúde e a formação humana das ginastas estão em jogo. A ideia de que os fins justificam os meios deveria mudar no Esporte de alto rendimento.

Romper com as características engendradas há séculos pode ser uma tarefa árdua. Mas há estudos recentes que propõe mais equilíbrio na relação atleta-treinador, principalmente com o fenômeno do prolongamento da carreira (KERR et al., 2015, 2017; BARKER-RUCHTI et al., 2016), nos fazem acreditar que seja possível desenvolver ginasta com senso crítico, que saibam contestar, distinguir o certo do errado e ter liberdade em suas decisões.

Na categoria que abordamos o encerramento da carreira esportiva, encontramos os fatores que potencializaram o final da carreira das ginastas e discutimos a repercussão da aposentadoria na vida das entrevistadas.

Schiavon (2009) discutiu o encerramento de carreira em um dos tópicos de sua tese sobre a formação de ginastas brasileiras participantes de JO. Esse é o único estudo brasileiro que discutiu esse cenário na GAF. A autora aponta um fato interessante e que identificamos coincidentemente no presente estudo: “é difícil identificar apenas um aspecto que determinou o encerramento da vida de atleta, mas fatores que somados colaboram para tal” (SCHIAVON, 2009, p. 322).

Dentre os fatores pontuados pelas ginastas como determinantes para o final da vida de atleta, acreditamos que todos tenham relação com as experiências vivenciadas ao longo da carreira. Assim, o final da trajetória esportiva é um processo complexo e não um produto isolado.

Quando questionamos as ginastas sobre a precocidade da aposentadoria elas afirmam que pararam jovens, algumas especulam que poderiam prosseguir com bons desempenhos no cenário internacional da modalidade.

As experiências vividas contribuíram para perspectivas diferentes nesse aspecto. Entretanto, há similaridade no fato que ainda impera na cultura da GAF “um esporte em que se começa e se encerra cedo”. Nesse sentido, a partir do discurso das ginastas consideramos que o principal aspecto que influencia esse cenário é alta demanda física e psicológica que as atletas enfrentam na juventude.

Sobre a transição no encerramento da carreira esportiva, o fator que chama mais atenção é a falta de planejamento para o final da vida de atleta. Todas as ginastas confirmam as dificuldades que esse momento exige. Ainda, elas indicam que o rompimento abrupto e inesperado da carreira, após anos de dedicação integral ao esporte exige muitas adaptações.

Frente a esses casos consideramos que a preparação na transição seja essencial. Na discussão citamos exemplos de programas que contribuem financeira e psicologicamente para os atletas na transição no final da carreira. No Brasil, essa realidade é distante e consideramos que as ginastas que tiveram apoio familiar se destacaram nesse sentido.

Assim, esperamos que esse estudo contribua para que o sistema esportivo brasileiro e a CBG reflitam sobre esses casos e comecem a auxiliar aquelas que se dedicaram a modalidade.

Apesar das dificuldades, todas as ginastas entrevistadas seguiram seus caminhos. Aquelas ginastas que sempre demonstraram amor à GAF continuam engajadas na modalidade, atuam como professoras de escolinhas, como treinadoras e estudam a Ginástica. Nos casos mais traumáticos, nos quais o final da carreira ocorreu inesperadamente, observamos que as ginastas optaram por novos rumos fora do esporte.

Não é nosso intuito dramatizar as experiências das participantes e apontá-las como vencedoras que superaram as dificuldades da GAF. As próprias ginastas veem pontos positivos em suas carreiras, como as amizades estabelecidas, as viagens, os valores éticos aprendidos e as experiências que só poderiam ter vivenciado nessa modalidade. De fato, elas repensariam alguns fatores ao longo da carreira, mas consideram que tudo valeu a pena.

Finalizamos o presente estudo com a seguinte reflexão: há um momento ideal para encerrar a carreira esportiva na GAF? Os resultados nos permitem considerar que não, pois as

circunstâncias definem esse momento. Mas, as ginastas deveriam ser orientadas que a carreira esportiva não é eterna e que qualquer fato poderia por fim inesperado na vida esportiva. Mais importante que isso é que elas devem ser preparadas e estarem prontas para esse momento.

REFERÊNCIAS

AMADO, J. **Manual de investigação qualitativa em educação**. 2 ed. Coimbra: Coimbra University Press, 2014.

AMARAL, L. et al. Does ulnar variance change with age and what is the influence of training and biological characteristics in this change? A short-term longitudinal study in Portuguese artistic gymnasts. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v. 24, n. 5, p. 429-434, 2014.

AMARAL, L.; SANTOS, P.; FERREIRINHA, J. Caracterização do perfil lesional em ginástica artística feminina: um estudo prospetivo das ginastas Portuguesas de competição ao longo de uma época desportiva. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 9, n. 1, p. 43-51, 2009.

ARKAEV, L.; SUCHILIN, N. **Gymnastics: how to create champions**. Oxford: Meyer and Meyer Sport, 2004.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: Edições, 2010.

BARKER-RUCHTI et al. “Gymnasts are like wine, they get better with age”: Becoming and developing adult women’s artistic Gymnasts. **Quest**, v. 69, n. 3, p. 348-365, 2016.

BARKER-RUCHTI, N. Ballerinas and pixies: A genealogy of the changing gymnastics body. **International Journal of the History of Sport**, v. 26, n. 1, p. 43-61, 2009.

BARKER-RUCHTI, N. **Women’s Artistic Gymnastics: an (auto)ethnographic journey**. Basel: Gesowip, 2011

BARKER-RUCHTI, N.; SCHUBRING, A. Moving into and out of high performance sport: the cultural learning of an artistic gymnast. **Physical Education and Sporty Pedagogy**, v. 5, n. 1, p. 5 -18, 2016

BARKER-RUCHTI, N.; TINNING, R. Foucault in leotards: Corporal discipline and coaching practice in women’s artistic gymnastics. **Sociology of Sport Journal**, v. 27, n. 3, p. 229-250, 2010.

BAXTER-JONES, A. D.; MAFULLI, N. Parental influence on sport participation in elite young athletes. **Journal of Sports Medicine and Physical Fitness**, Torino, v.43, n.2, p. 250-255, 2003.

BERGERON, M. F. International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. **British Journal of Sport Medicine**, v. 49, n. 13, p. 843-851, 2015.

BOMPA, T. O. **Total Training for Young Champions**. Champaign: Human Kinectics, 2000.

BORTOLETO, M. A. C. A Ginástica Artística Masculina (GAM) de alto rendimento: observando a cultura de treinamento desde dentro. **Revista Motricidade**, v. 3, n.1, p. 323-336, 2007.

BORTOLETO, M. A. C. **La lógica interna de la gimnasia artística masculina (GAM) y estudio etnográfico de un gimnasio de alto rendimiento.** 2004. 668f. Tese (Doutorado em Educação Física)-Instituto Nacional de Educación Física, Universitat de Lleida, Lleida, 2004.

BRANDÃO, M. R. F. et al. Causas e conseqüências da transição de carreira esportiva: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento** (Brasília), v.8, n.1, p. 49-58, jan. 2000.

CAINE, D. et al. Does gymnastics training inhibit growth of females? **Clinical Journal of Sport Medicine**, v.11, n. 4, p. 260-270, 2001.

CAINE, D., J.; NASSAR, L. Gymnastics injuries. **Medicine and Sport Science**, v. 48, n. 3, p. 18-58, 2005.

CARVALHO, S. **O discurso midiático da ginástica artística.** 2007. 102 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2007.

CERVIN, G. A balance of power: **Women's Artistic Gymnastics during the cold war and its aftermath.** 339 f. Tese (Doutorado), University of Western Australia, Perth, Australia, 2017.

CERVIN, G. Gymnasts are not merely circus phenomena: influences on the development of Women's Artistic Gymnastics during the 1970s. **International Journal of the History of Sport**, v. 32, n. 16, p. 1929-1946, 2015.

CHELLADURAI, P. O treinador e a motivação de seus atletas. **Treino Desportivo**, v. 5, n.22, p.29-36, 1993.

CLAESSENS, A. L. et al. Maturity-associated variation in the body size and proportions of elite female gymnasts 14–17 years of age. **European Journal of Pediatrics**, v.165, n. 3, p. 186–192, 2006.

CLAESSENS, A.L. et al. Growth and Menarcheal Status of Elite Female Gymnasts. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 24, n. 7, p. 755-763, 1992.

CLOWES, H. et al. Experiences of the pre and post retirement period of female artistic gymnasts: An exploratory study. **Sport and Exercise Psychology Review**, v. 11, n. 2, p. 4 – 18, 2012.

CNN. A Gym built on fear. Disponível em: <
<http://edition.cnn.com/interactive/2018/03/investigates/john-geddert-abuse/>> Acesso em: 29 mar. 2018.

COGAN, K. D; VIDMAR, P. **Sports psychology library:** gymnastics. Morgantown: Fitness Information Technology, 2000.

COMANECI, N. **Letters to a young gymnast.** New York: Basic books, 2004.

COSTA, V. R. et al. A motivação para as primeiras peripécias na Ginástica Artística:

perspectiva de praticantes iniciantes. **Pensar a Prática**, v. 20, n. 2, p. 295-305, 2017.

DALLAS, G. et al. A two-year epidemiological study of young artistic gymnasts' ankle injuries. **Kinesiologia slovenica**, v. 21, n. 1, p. 5-14, 2015.

DECI, E. L.; RYAN, R. R. Self-Determination Theory: A macrotheory of human motivation, development and health. **Canadian Psychology**, v. 49, n. 3, p. 182-185, 2008.

DECI, E.; RYAN, R. M. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior**. New York: Plenum, 1985.

DELANEY, T.; MADIGAN, T. **The sociology of sports: an introduction**. Syracuse: McFarland Company, 2009.

DOWDELL, T. Achievement goals and motivational climate in competitive gymnastics classes. **Science of Gymnastics Journal**, v. 5, n. 2, p. 53-65, 2013.

DUCHER, G. et al. History of amenorrhoea compromises some of the exercise-induced benefits in cortical and trabecular bone in the peripheral and axial skeleton: a study in retired elite gymnasts. **Bone**, v. 45, n. 4, p. 760-767, 2009

DUDA, J. L. Goal: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. In: SINGER, R. N.; MURPHEY, M.; TENNANT, L. K. (Ed.). **Handbook of research on sport psychology**. New York: MacMillian, 1993. p. 421-436.

EAGLEMAN, A. N.; RODENBERG, R. M.; LEE, S. From “hollow-eyed pixies” to “team of adults”: media portrayals of Olympic Women’s Gymnastic before and after an increased minimum age policy. **Qualitative Research in Sport, Exercise and Health**, v.53, n. 1, p. 1-20, 2014.

ENGLISH INSTITUTE OF SPORT. Disponível em: <http://www.eis2win.co.uk/pages/news_searchbeginfornewnationaldirector.aspx>. Acesso em: 27 out.. 2017.

ESPN. “Histórias” mostra a dor que existe por trás da glória na Ginástica. 2008. Disponível em: <http://www.espn.com.br/noticia/12810_historias-mostra-a-dor-que-existe-por-tras-da-gloria-na-ginastica-quinta-as-0h10> Acesso em: 1 dez. 2016

FIG. 2017-2020 Code of Points – Women’s Artistic Gymnastics. Lausanne, 2017.

FIG. Event Statistics. Lausanne, 2016. Disponível em: <<http://www.fig-gymnastics.com/site/page/view?id=404>>. Acesso em: 27 nov. 2016.

GERVIS, M.; DUNN, N. The Emotional Abuse of Elite Child Athletes by their Coaches. **Child Abuse review**, vol. 13, p. 215-223, 2004.

GloboEsporte.com. Lary Nassar é condenado a até 175 anos de prisão por abusos sexuais. 2018. Disponível em< <https://globoesporte.globo.com/ginastica-artistica/noticia/larry-nassar-e-condenado-a-mais-40-anos-de-prisao-por-abusos-sexuais.ghml>> Acesso em: 25 Jan. 2016.

GYMNASTICS RESULTS. Disponível em: < <https://www.gymnasticsresults.com> > Acesso em: 16 fev. 2018.

HEDSTROM, R.; GOULD, D. **Research in Youth Sports**: critical issues status. East Lansing: Michigan State University, Institute for the Study of Youth Sports, 2004.

INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE. Larissa Latynina dominated female gymnastics, collecting a record 18 olympic medals between 1956 and 1964. Disponível em: < <https://www.olympic.org/larisa-latynina> > . Acesso em: 25 nov. 2016.

INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE. Results. Disponível em: < <https://www.olympic.org/olympic-results> > Acesso em: 25 fev. 2018.

JOHNSON, S.; FRENCH, N. **Winning balance**: what I've learned so far about love, and living your dreams. Carol Stream: Tyndale House Publishers, 2012.

KERR et al. Coming up Age: Towards Best Practice in Women's Artistic Gymnastics. **Report**. Lincoln University, 2015.

KERR, G.; BERMAN, E.; SOUZA, M. J. Disordered Eating in Women's Gymnastics: Perspectives of Athletes, Coaches, Parents, and Judges. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 18, n. 1, p. 28-43, 2006.

KERR, G.; DACYSHYN, A. The retirement experiences of elite female gymnasts. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 12, n. 2, p. 115-133, 2000.

KERR, R. et al. Coming of Age: coaches transforming the pixie-style of coaching in Women's Artistic Gymnastics. **Sports Coaching Review**, v. 12, n. 4, p. 3-18, 2017

KERR, R. **The evolution of Women's Artistic Gymnastics since 1952**. 392 f. Dissertação (Mestrado), University of Sidney, Sidney, Australia, 2003.

KERR, R. The Impact of Nadia Comaneci on the sport of Women's Artistic Gymnastics. **Sporting Traditions**, v. 23, n. 1, p. 87-102, 2006.

KERR, R.; OBEL, C. The disappearance of the perfect 10: evaluating rule changes in Women's Artistic Gymnastics. **The International Journal of the history of sport**, v. 32, n. 3, p. 318-331, 2014.

KIM, K.; LIM, B. Effects of menarcheal age on the anterior cruciate ligament injury risk factors during single-legged drop landing in female artistic elite gymnasts. **Achieve of Orthopedic and Trauma Surgery**, v. 134, n. 11, p. 156-167, 2014.

KRANE, V.; GRENNLEAF, C. A.; SNOW, J. Reaching for gold and the price of glory: a motivational case study of an elite gymnast. **The Sport psychologist**, Miami, v.5, n. 11, p. 53-71, 1997.

LAVALLEE, D. The effect of a life development intervention on sports career transition adjustment. **The Sport Psychologist**, v. 19, n. 5, p. 193-202, 2005

LAVALLEE, D.; ROBINSON, H. K. In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from Women's Artistic Gymnastics. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 8, n. 1, p. 119-141, 2007.

LIMA, L. B. Q. **Representatividade da Ginástica Artística Feminina paulista no cenário brasileiro (2011-2014)**. 2016. 148 f. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Biociências. Universidade Estadual Paulista “Julio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2016.

LOPES, P. **Motivação e ginástica artística no contexto extracurricular**. 2009. 93 f. Dissertação (mestrado) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

LOPES, P.; NUNOMURA, M. Motivação para prática e permanência na Ginastica artística de alto nível. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 177-87, 2007.

LYLE, J. **Sports Coaching Concepts: a framework for coaches' behavior**. New York: Routledge, 2002.

MACHADO, A. A. **Especialização esportiva precoce: perspectivas atuais da Psicologia do Esporte**. São Paulo: Fontoura, 2008.

MALINA, R. M. et al.. Role of intensive training in the growth and maturation of artistic gymnasts. **Sports Medicine**, v. 43, n. 9, p. 783-802, 2013.

MARQUES, R. F. R.; GUTIERREZ, G. L.; ALMEIDA, M. A. B. O esporte contemporâneo e o modelo de concepção das formas de manifestação do esporte. **Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v.6, n.2, p.42-61, 2008.

MARTENS, R. **Successful coaching**. Champaign: Human Kinetics, 2004.

MASSIMO, J.; MASSIMO, S. **Gymnastics Psychology: the ultimate guide for coaches, gymnasts and parents**. New York: Morgan James publishing, 2013.

MIRANDA, R.; RIBEIRO, L. C. Motivação: A compreensão teórica para melhoria do desempenho atlético nos treinamentos e competições esportivas. **Treinamento Desportivo**, n. 2, p. 79-88, 1997.

NEVES, C. M. et al. Body dissatisfaction in Women's Artistic Gymnastics: a longitudinal study of psychosocial factors. **Journal of Sports Science**, v. 35, n. 17, p. 1745-1751, 2016.

NISTA-PICCOLO, V. N. Pedagogia da ginástica artística. In: NUNOMURA, M.;_____. **compreendendo a ginástica artística**. São Paulo: Phorte, 2005. p. 32-50.

NISTA-PICCOLO, V.L. Crescendo com a Ginástica. In: NISTA-PICCOLO, V.L. (org.). **Pedagogia dos esportes**. Campinas-SP: Papyrus, 1999.

NUNOMURA, M. **Aspectos Pedagógicos da Formação Esportiva na Ginástica Artística**. 2009. 264 f. Tese (Livre Docência) – Escola de Educação Física. Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

NUNOMURA, M. **Técnico de ginástica artística: uma proposta para a formação profissional**. 2001. 181f. Tese (Doutorado em Educação Física)- Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas-SP, 2001.

NUNOMURA, M.; CARRARA, P. D. S.; TSUKAMOTO, M. H. C. Ginástica Artística e Especialização Precoce: cedo demais para especializar, tarde demais para ser campeão! **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n.3, p.305-313, 2010.

NUNOMURA, M.; CARRARA, P.; CARBINATTO, M. Ginástica Artística Competitiva: Reflexões sobre o desenvolvimento das ginastas. **Motriz**, v. 15, n. 3, p. 503-514, 2009.

NUNOMURA, M.; OKADE, Y.; CARRARA, P. How much Artistic Gymnastics Coaches Know about Their Gymnasts' Motivation. **Science of Gymnastics Journal**, v. 4, n. 2, p. 27-37, 2012.

NUNOMURA, M.; OLIVEIRA, M. S. Centro de excelência e ginástica artística feminina: a perspectiva dos técnicos brasileiros. **Motriz**, v. 18, n. 2, p. 378-392, 2012.

NUNOMURA, M.; OLIVEIRA, M. S. Detecção e seleção de talentos na Ginástica Artística Feminina brasileira: a perspectiva dos técnicos brasileiros. **Revista Brasileira Ciências do Esporte**, v. 36, n. 2, p. 311-325, 2014.

NUNOMURA, M.; OLIVEIRA, M. S. O. A participação dos pais na carreira das atletas femininas de ginástica artística: a perspectiva dos técnicos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 28, n. 1, p. 125-134, 2014

NUNOMURA, M.; OLIVEIRA, M. S. Parent's Support in the sports career of young gymnasts. **Science of Gymnastics Journal**, v. 5, n. 1, p. 5-17, 2013.

NUNOMURA, M.; PIRES, F.; CARRARA, P. Análise do treinamento na Ginástica Artística Brasileira. **Revista Brasileira Ciências do Esporte**, v. 31, n.1, p. 25-40, 2009.

NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. Análise Crítica da Ginástica Olímpica. In: TANI, G.; BENTO, J. O. (Ed.). **Pedagogia do Esporte**. Rio de Janeiro: Guanabara Kogan, 2006.

OLIVEIRA, G. K.; SOUSA, M. T. STARK, R. E. Identificação de fatores motivadores e desmotivadores da prática de atividades físicas no programa de extensão comunitária “criança em movimento” das Faculdades Integradas de Guarulhos (FIG). In: **SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE**, 22., 1999, São Paulo. **Anais...** São Paulo: FIG, 1999. p. 90.

OLIVEIRA, M. S. **A microcultura de um ginásio de treinamento de Ginástica Artística de Alto Rendimento**. 2014. 183 f. Tese (Doutorado) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

PAUL, J. Age Minimums in the Sport of Women's Artistic Gymnastics. **Willamette Sports Law Journal**, v. 7, n. 2, p. 73-77, 2010

PERGHER, T. K.; KLERING, R. T, BALBINOTTI, C. A. A. Motivação à prática regular de atividades esportivas: um estudo com praticantes de basquetebol escolar (13 a 16 anos). **Lecturas Educación Física y deportes**, Buenos Aires, v.15, n.1, p. 153-161, 2011.

PINHEIRO, M. C., et al. Gymnastics and child abuse: an analysis of former international Portuguese female artistic gymnasts. **Sport, Education and Society**, v. 19, n. 4, p. 435-480, 2014

PINTO SOBRINHO, L. G; MELLO, R. M. F; PERUGGIA, L. In: MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: temas emergentes I. Jundiaí: Ápice**, 1997. p. 57-80.

POTOP, V. et al. Influence of specific means on the dynamics of athletic shape in Women's Artistic Gymnastics: a case study in romanian. **Palestrica Mileniului III - Civilizație și Sport**, v. 12, n. 4, p. 372-379, 2011.

PÚBLIO, N. S. **Evolução histórica da Ginástica Olímpica**. São Paulo: Phorte, 1998.

RIBEIRO, B.G.; SOARES, E.A. Avaliação do estado nutricional de atletas de ginástica olímpica do Rio de Janeiro e São Paulo. **Revista Nutrição**, Campinas, v.15, n.2, p.181-191,

RODRIGUES, L. et al.. Conceito de força psicológica: A percepção de treinadores brasileiros de elite. **Revista portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 14, n. 2, p.23-34, 2014.

RÚBIO, K et al. Iniciação esportiva e especialização precoce: as instâncias psico-sociais presentes na formação esportiva de crianças e jovens. **Revista Metropolitana de Ciências do Movimento Humano**, São Paulo, v.1, p.52-61, 2000.

RYAN, J. **Little girls in pretty boxes: the making and breaking in elite gymnasts and figure skaters**. New York: Doubleday, 1995.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Active Human Nature: Self-Determination Theory and the Promotion and Maintenance of Sport, Exercise, and Health. In: M. S. Hagger e N. L. D. Chatzisarantis (Ed.). **Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport**. Champaign: Human Kinetics, v.1, p.1-19, 2007.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. **Contemporary Educational Psychology**, v. 25, n. 1, p. 54-67, 2000a

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. **American psychologist**, v.55, n. 1, p. 68-78, 2000b.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte: manual para educação física e fisioterapia**. Barueri: Manole, 2002.

SCHIAVON et al. Etapas e volume do treinamento das ginastas brasileiras participantes dos Jogos Olímpicos (1980-2008). **Motricidade**, v. 7, n. 4, p. 15-26, 2011.

SCHIAVON, L. M. et al. Panorama da ginástica artística feminina brasileira de alto rendimento esportivo: progressão, realidade e necessidades. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 27, n. 3, p. 423-436, 2013

SCHIAVON, L. M. **Ginástica Artística feminina e História Oral: a formação desportiva de ginastas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos (1980-2004)**. 2009. 379 F. Tese (Doutorado) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

SCHIAVON, L. M.; PAES, R.R. The formation of Brazilian Female Artistic Gymnasts taking part in the Olympic Games (1980-2004). **Science of Gymnastics Journal**, v. 3, n. 1, p.5 – 13, 2011.

SMITS, F.; JACOBS, F.; KNOPPERS, A. “Everything revolves around gymnastics”: Athletes and parents make sense of elite youth sport. **Sport in Society**, 2016, in press

SMOLEUSKIY, V.; GAVERDOUSKIY, I. **Tratado general de gimnasia artística deportiva**. Barcelona: Paidotribo, 1998.

STEWART, C.; SCHIAVON, L.M.; BELLOTTO, M. L. Knowledge, nutrition and coaching pedagogy: a perspective from female Brazilian Olympic gymnasts. **Sport, Education and Society**, v. 22, n. 4, p. 3-30, 2017

STIRLING, A. E.; KERR, G. A. Abused athletes' perceptions of the coach-athlete relationship. **Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics**, v. 12, n. 2, p. 227-239, 2009.

TAYLOR, J.; OGILVIE, B.C. A conceptual model of adaptation to re-tirement among athletes. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 6, n.1, p. 1–20, 1994.

TAYLOR, J.; OGILVIE, B.C. Career transition among elite athletes: Is there life after sports? In J.M. Williams (Ed.), **Applied sport psychology: Personal growth to peak performance** (3rd ed.), 1998. 429-444.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**. São Paulo: Atlas, 1992.

USAGYM. Disponível em:< https://usagym.org/pages/women/pages/overview_elite.html>. Acesso em: 28 Fev. 2018.

WARRINER, C.; LAVALLEE, D. The retirement experiences of elite female gymnasts: self-identity and physical self, **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 20, n. 10, p. 301-317, 2008.

WEBER, J.; BARKER-RUCHTI, N. Bending, flirting, floating, flying: A critical analysis of female figures in 1970s gymnastics photographs. **Sociology of Sport Journal**, v. 29, n. 1, p. 22-41, 2012.

WEINBERG, R.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

APÊNDICES

Apêndice A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Prezada colaboradora,

Você está sendo convidada a participar do projeto de pesquisa intitulado “**A Idade e a Retirada Precoce na Ginástica Artística Feminina**”, sob a responsabilidade de Myrian Nunomura (docente e pesquisadora da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto/USP) e Vítor Ricci Costa (Mestrando no Programa de Pós-graduação em Educação Física e Esporte, da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto/USP).

O objetivo do estudo que você está sendo convidada a contribuir é explorar as experiências de ginastas que se retiraram do esporte jovens (20 anos ou menos), os fatores que desfavorecem o prolongamento da carreira e analisar como as práticas da Ginástica Artística Feminina (GAF) poderiam ser repensadas para contribuir na formação de ginastas de elite mais velhas e mais saudáveis, além de uma visão mais positiva da GAF.

Haverá duas vias originais do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), nós assinaremos estas e uma delas ficará com você.

Durante a coleta de dados esperamos que você nos conceda uma entrevista. Esta é chamada de entrevista semiestruturada, seguirá um roteiro de perguntas elaborado previamente e, de acordo com sua resposta, nós poderemos conduzir a discussão visando obter mais informações relevantes para o objetivo desse estudo. Assim podemos dizer que esse tipo de entrevista possui perguntas abertas e fechadas. Nesta entrevista vamos perguntar sobre sua carreira e treinamento na GAF e também sobre sua opinião em relação à influência do corpo e da chegada da idade na GAF. A previsão de tempo para cada entrevista é de 30 a 60 minutos. Nós agendaremos a entrevista em local e horário conveniente para você, e o local reservado deverá ser distante de ruídos. Nós iremos até você para fazer as entrevistas, assim, você não terá despesas decorrentes de sua participação e, portanto, não haverá ressarcimento de custos relacionados à sua participação. As entrevistas serão gravadas em meio digital, depois transcritas integralmente e organizadas em categorias, utilizaremos método de análise específico (análise de conteúdo). Após a conclusão do estudo, os dados serão descartados no prazo de quatro anos. Durante o processo de coleta dos dados você estará livre para responder o que desejar, de modo que não lhe cause nenhum desconforto. Em caso de dúvidas em relação aos aspectos éticos dessa pesquisa você poderá entrar em contato a qualquer momento

com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto – Universidade de São Paulo.

Nós tentaremos minimizar, ao máximo, o risco de qualquer desconforto relacionado às suas lembranças desagradáveis durante as entrevistas e não insistiremos em perguntas indesejáveis. Eventualmente e a qualquer momento, a pergunta ou a entrevista poderá ser interrompida ou anulada a seu critério, caso entenda que seja inoportuna e/ou inconveniente, ou seja, você tem liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento sem que isso lhe traga prejuízos.

Esperamos que o estudo tenha potencial para contribuir no melhor entendimento, tanto de aspectos positivos quanto negativos da chegada da idade, e que poderá contribuir para que as práticas dessa modalidade possam ser repensadas e afastar as práticas perigosas que têm sido identificadas e, assim, favorecer o prolongamento saudável da carreira das ginastas, além de gerar uma visão mais positiva da GAF. Você poderá refletir sobre sua carreira esportiva na GAF, relembrar experiências boas do passado e auxiliar no desenvolvimento da modalidade e, conseqüentemente, ajudará as futuras gerações a traçarem caminhos mais duradouros na GAF em consonância com a prática saudável. Dessa forma, pretendemos beneficiar você e as pessoas diretamente envolvidas na GAF (treinadores, federações e confederações, árbitros, atletas).

Você poderá consultar os dados coletados e as informações relacionadas aos procedimentos de pesquisa a qualquer momento, garantimos que sua identidade será preservada. É seu direito solicitar informações sobre os riscos e os benefícios relacionados à sua participação e, em caso de dúvidas, os devidos esclarecimentos serão prestados.

Você tem liberdade para abandonar o estudo a qualquer momento, sem que isso lhe cause prejuízos. O estudo utilizará pseudônimos para manter seu sigilo e sua privacidade.

Haverá garantia de indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa conforme Leis vigentes no país.

Após convenientemente esclarecido pelo pesquisador e ter entendido o que me foi explicado, consinto minha participação no presente estudo.

(_____), ____/____/____
(Local, data)

(nome e assinatura do participante)

Assinatura do pesquisador responsável (Myrian Nunomura)

Assinatura do pesquisador (Vítor Ricci Costa)

Contato com os Pesquisadores:

Myrian Nunomura – E-mail: mnunomur@usp.br; Fone: (16) 3315-0358

Vítor Ricci Costa – E-mail: vitor.ricci.costa@usp.br; Fone: (19) 99231-0440

**Contato Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)/ Escola de Educação Física e Esporte de
Ribeirão Preto – Universidade de São Paulo (EEFERP – USP):**

Fone (16) 3315.0494 e-mail: cep90@usp.br

*O contato do CEP refere somente aos aspectos éticos da pesquisa

Apêndice B – Roteiro norteador da entrevista semiestruturada

Dados demográficos:

- Nome:
- Data de nascimento:
- Período ativo na GAF:
- Dados do local de prática:

Questão norteadora: Discorra sobre sua carreira esportiva na GAF, desde o início até o encerramento.

Temas auxiliares

- Início da prática e do treinamento da modalidade
- Ascensão ao alto rendimento
- Principais sucessos
- Pessoas influentes ao longo da carreira
- Treinamento e competições no alto rendimento
- Relação com treinador(es)
- Vida fora do ginásio
- Potenciais fatores para o encerramento da carreira esportiva
- Vida pós GAF

ANEXOS

Anexo A – Declaração de aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto

Universidade de São Paulo
Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto

DECLARAÇÃO

Declaramos que o trabalho intitulado "*A idade e a retirada precoce na ginástica artística feminina*", CAAE: 53496116.8.0000.5659, da pesquisadora **Profa. Dra. Myrian Nunomura**, foi **APROVADO** pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão, em sua 22ª reunião do dia 29/6/2016.

Ribeirão Preto, 02 de agosto de 2016.

Carlos Roberto Bueno Júnior
Prof. Dr. Carlos Roberto Bueno Júnior
Coordenador do CEP/EEFERP