

IV CONGRESSO LUSO-ESPAÑHOL DE PSICOLOGIA DO DESPORTO

Dúvidas atestam êxito

► Chegou ao fim o congresso sobre a psicologia do desporto. Conclusões foram poucas, mas dúvidas surgiram muitas.

HUMBERTO DIAS
desporto@noticiasdamadeira.pt

Terminou ontem o IV Congresso Luso-Espanhol de Psicologia do Desporto, que decorreu ao longo dos dias 25, 26 e 27 de Novembro, na sala de congressos do Museu da Casa da Luz.

"Desporto e Educação", "Desporto Infanto-Juvenil" e "Desporto e Saúde" foram os temas debatidos perante uma sala repleta quer de figuras bem conhecidas do desporto madeirense, quer de ilustres convidados e ainda de distintos anónimos.

A componente mental para o rendimento dos atletas, bem como para a sua saúde e bem-estar, esteve de facto em evidência neste congresso, mas a verdade é que não se chegaram a grandes conclusões.

Muito pelo contrário, as dúvidas apareceram em abundância, pelo que o objectivo deste congresso foi plenamente alcançado, pois, parafraseando João Mateus, professor da Universidade da Madeira, «quem afirma ter certezas corre o sério risco de ser ignorante». Ainda assim, todos parecem ter concordado que a psicologia é extremamente importante no desporto, de modo a que os atletas consigam chegar ao alto rendimento. Contudo, subsistem as dúvidas quanto à necessidade de existir um psicólogo para tal efeito, dado que todo o treinador deveria perceber a parte psicológica.



A SALA do Congresso esteve sempre repleta. NM - DANILU VIEIRA

SIDÓNIO SERPA – PROFESSOR DA FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

«Tenho mais incertezas»

O PROFESSOR da Faculdade de Motricidade Humana Sidónio Serpa, que presidiu a parte científica do IV Congresso Luso-Espanhol de Psicologia do Desporto, traçou um «balanço positivo» aos trabalhos desenvolvidos, apesar de se julgar «suspeito» para o fazer. Sidónio Serpa considera que alguns dos indicadores observados, «como o número de participantes no congresso», e as intervenções no mesmo, «especialmente nos corredores, onde se pode falar mais em privado», permitem verificar que «as questões apresentadas revela-

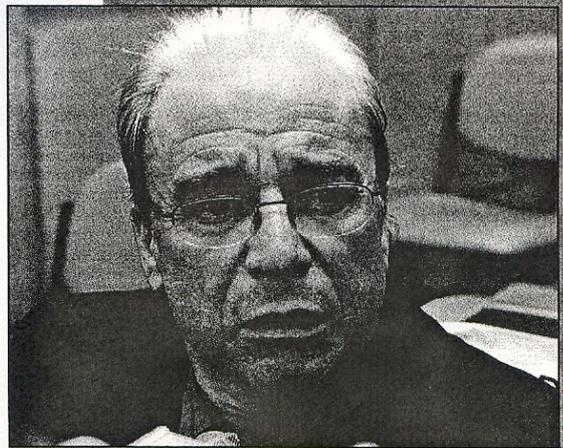
vam um nível científico bastante forte e também uma capacidade de intervenção muito importante», pelo que só isso justifica «o esforço imposto na elaboração do congresso». Em suma, o professor da Faculdade de Motricidade Humana salienta que conseguiram prevenir «as pessoas para algumas coisas que provavelmente nunca tinham pensado, para além de alertarmos para a importância da intervenção do psicólogo no desporto». No final deste IV Congresso, Sidónio Serpa garante que possui mais dúvidas sobre um

tão vasto assunto, o que, em seu entender, é extremamente benéfico para o avanço da psicologia do desporto: «Saio daqui ainda com mais incertezas e isso é o que caracteriza o avanço da ciência, pois quanto mais estudamos e investigamos, mais vamos vendo pontas possíveis que não conhecemos», começou por referir, acrescentando de seguida: «Quando não conhecemos essas pontas, temos vontade de as estudar e entender e quanto mais fazemos isso, mais vamos conhecendo outras pontas, que, por sua vez, abrem mais incertezas.»

FIEL CONVICÇÃO DE JOÃO MATEUS

Psicologia do Desporto ainda esta no princípio

JOÃO MATEUS, professor da Universidade da Madeira, considera que «ainda estamos no princípio dos princípios da Psicologia do Desporto». Para o orador as interações que a psicologia tem de estabelecer quer com o sistema educativo, quer com o desporto, «ainda tem muito que andar e que descobrir, complementando a metodologia do treino». João Mateus salienta que «não fica provado que a presença de um psicólogo no desporto seja benéfica», mas não tem dúvidas que «o treinador tem também de saber psicológica. Tem de ser um especialista da generalidade, que é a cultura, que é a vida, etc. Se lhe faltam coisas, tem de as arranjar, embora não haja a mais pequena dúvida que o líder será sempre o treinador». A finalizar, o professor da UMA manifestou estar de acordo com Sidónio Serpa (vide peça ao lado), pois no seu entender «é muito mais difícil perguntar do que responder», pelo que considera que, «quem se atreve a dizer, eu tenho a certeza de, ou que, tem uma alta probabilidade de ser ignorante».



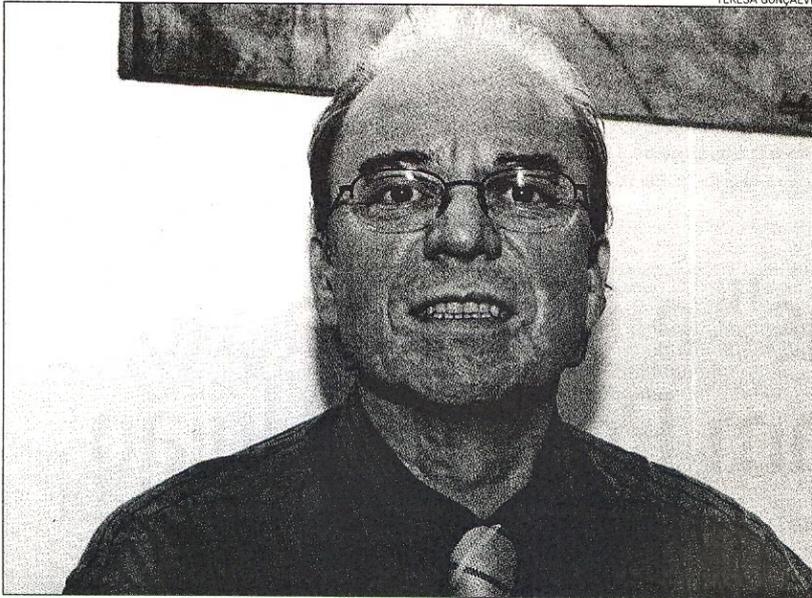
DEODATO RODRIGUES ENALTECE CONGRESSO
Três grandes pontos asseguram qualidade

DEODATO Rodrigues, representante do IDRAM, fez também uma apreciação positiva ao Congresso que findou, pois afirma que todos os presentes saíram dali «com algumas dúvidas e isso só pode ser entendido como positivo, porque quem não tem as certezas todas anda sempre à procura das soluções». Para além disto, Deodato Rodrigues apresenta três grandes pontos que garantem o sucesso do evento: «As pessoas que aqui vieram receberam informação, novas ideias e conceitos, melhores instrumentos de trabalho para aplicarem na escola, no clube, etc.», começou por salientar, acrescentando: «Nos conseguimos estabelecer acordos de cooperação com as Baleares e as Canárias, para com outras entida-



des, utilizarmos o desporto como arma para a resolução de diversos problemas da sociedade.» Por fim, salientou o facto de todos terem sido «bem recebidos na Madeira, para além de também ter ficado demonstrada a nossa capacidade organizativa». Assim, não tem dúvidas que «vão querer voltar outra vez».

Foram cerca de quatro dezenas de participantes que viajaram de fora. De Espanha ou Portugal continental. Tal como é timbre das organizações madeirenses, para além do programa científico, o IDRAM ofereceu aos participantes um programa social que permitiu um convívio e uma troca de experiência num ambiente distinto, mas igualmente frutuoso. Ontem decorreu o jantar de encerramento, nas adegas da Madeira Wine, depois de na sexta-feira ter sido oferecida (pela Direcção Regional de Turismo) uma espetada típica num dos restaurantes de referência (Seta). Na quinta-feira a Câmara do Funchal obsequiou os participantes com um jantar no Lido Mar. Momentos que marcam, também, este congresso...



TERESA GONÇALVES

João Mateus quebra tabus

Psicologia ganhou uma dimensão ecológica que deve ter em conta o meio, bem como as características individuais...

Miguel Torres Cunha
mtcunha@dnnoticias.pt

João Mateus foi o último dos oradores, trazendo à discussão um tema - "Que psicologia(s) numa gestão ecológica do treino/competição de uma equipa de um jogo desportivo colectivo" - que suscitou, naturalmente, controvérsia pela forma como o "prof" quebra tabus e abre novos horizontes.

No final, ao DIÁRIO, João Mateus explicou a sua mensagem, destacando «que embora exista psicologia na gestão ecológica do treino e competição», a verdade é que esta «é algo que está a ser construída, pois não existe nada que seja definitivo».

Defendendo a existência de uma psicologia ecológica, que é distinta da psicologia cognitiva, pois esta «é sobretudo aquilo que

uma pessoa tem dentro da cabeça, enquanto a ecológica está muito mais preocupada em saber onde é que a pessoa está, onde é que se integra.

Aliás há um autor que diz: não te preocupes com o que tens dentro da cabeça, preocupa-te sim em saber dentro de quê é que tens a cabeça? É ecológico porque tem a ver com a relação do indivíduo com o envolvimento».

Procurando explicar de uma forma simplista, o orador diz: «O treinador cognitivista prescreve exercícios e comportamentos a partir de modelos que ele tem referenciados como os melhores, enquanto aquele que recorre a uma psicologia ecológica promove regras de actuação nas quais os atletas se integram de forma criativa, exploratória e auto-organizada». E João Mateus dá um

exemplo: «Uma coisa é dizer a um atleta que deve lançar ou rematar com o braço e o dedo assim, outra é dizer que o objectivo é marcar golo ou conseguir o cesto, deixando ao atleta a possibilidade deste encontrar a forma mais eficaz de o conseguir».

O que este técnico quis dizer neste espaço é que é importante ensinar/orientar tendo em consideração as variáveis envolventes e não ter apenas em conta os modelos de referência, que não raras vezes não se adaptam à realidade em concreto ou às características dos atletas.

Por isso mesmo, João Mateus foi veemente ao recordar «que não há soluções, receitas, exercícios únicos ou modelos, porque um exercício adequado para um jogador A, não é adequado para o outro. É preciso ponderar a adaptabilidade de cada um, que tem a

ver com as características pessoais, tem a ver com as disponibilidades que o mundo te oferece. Não somos apenas um produto genético, mas sim da relação com o envolvimento».

Para João Mateus, importante é que a gestão ecológica «tem a ver com a interacção de cada indivíduo com o meio, pois cada um relaciona-se de forma diferente». E deu como exemplos as alterações nos conceitos do salto em Altura ou na técnica de impulsão num remate de voleibol para dizer que é preciso dar possibilidade aos atletas de «compatibilizar as suas capacidades com as dificuldades, ou facilidades que o envolvimento oferece. Se tivermos isto em conta, passa a ter sentido admitir, por exemplo, que uma equipa de andebol possa ter dois anões, porque os tipos são muito rápidos...».

competências e ferramentas de ordem psicológica para poder intervir criticamente nos contextos que tem pela frente, significando ainda que noutros momentos e perante outras realidades é possível que o psicólogo aporte a esta situação conhecimentos, ferramentas e metodologias de intervenção que só vêm melhorar a intervenção global e o rendimento dos atletas.

Penso que já se ultrapassou a lógica de que essa intervenção só se faz apenas ao nível do rendimento, já que a motivação para adesão à prática desportiva para efeitos de saúde e bem-estar, a motivação na prática desportiva juvenil, as questões relacionadas com o abandono, enfim são uma panóplia muito grande de temas e assuntos directamente associados à exploração e ao contacto com a psicologia.

- A participação dos agentes locais satisfaz?

- Plenamente satisfeito. Penso, mesmo, que essa foi uma das principais marcas do congresso. Há um ano atrás quando tivemos que decidir onde faríamos o congresso, decidimos que o faríamos integrado no Ano Europeu da Educação pelo Desporto e que o faríamos dentro desta lógica da Educação. Escolhemos este auditório, com capacidade para 144 pessoas, e acabámos por ter de recusar inscrições, lamentavelmente, pois já não nos era possível alterar o local de realização. Se tivéssemos aceite todas as inscrições, teríamos tido mais de 250 participantes. Acabaram por participar uma média de 150/160 pessoas, um número que é fantástico se considerarmos o que se passou nos congressos anteriores.



Deodato Rodrigues considera que este foi o melhor de todos os congressos.

o último dia

Conduta alimentar em destaque



Milagros Ezquerro, professora de Psicologia e Desporto e psicóloga da selecção galega de Ténis, trouxe à discussão a "Avaliação e prevenção dos transtornos da conduta alimentar em exercício físico e desporto", tema em que a autora estabeleceu as relações entre o exercício físico e o aparecimento da anorexia nervosa.

Madeirense participa

Ricardo Alves, técnico do IDRAM, dissertou sobre "O bem estar subjectivo em adolescentes - relação com o nível de prática desportiva", um estudo que mostrou que os indivíduos que praticam desporto estavam mais satisfeitos com a vida do que aqueles que não praticavam desporto.

Medos e fobias no Desporto

Alexandre Garcia-Màs falou do "medo desportivo: proposta de definição e intervenção a propósito de um caso", trazendo como exemplo uma experiência vivida por um jovem jogador de futebol.

Maratona de Madrid serviu de estudo

Andrés Lopes de La Lave trouxe um estudo feito a partir da vivência da Maratona de Madrid, cuja organização recruta um psicólogo para trabalhar com os atletas antes e depois da prova, já que a exigência da competição assim o determina.

A psicóloga de Scolarì

A intervenção de Regina Brandão, a psicóloga que auxiliou Luís Filipe Scolarì na fase de preparação ao EURO2004, despertou grande curiosidade, com a brasileira a não defraudar ao falar de stress e das causas deste à luz de diferentes realidades culturais e sociais, a partir da comparação entre o Brasil e Portugal. E apresentou um inquérito feito junto dos jogadores das selecções do Brasil e de Portugal onde concluiu que os brasileiros stressam mais que os portugueses, pois vivem de uma forma emocional mais intensa as incidências do jogo.