



---

## ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E AVALIAÇÃO DE STRESS EM ADOLESCENTES ATLETAS.

### RESUMO

O presente estudo teve por objetivos: a) descrever estratégias de enfrentamento (*coping*) utilizados por adolescentes atletas participantes de competições; b) descrever e relacionar os tipos de enfrentamento desses adolescentes segundo a prática esportiva individual e coletiva c) identificar o nível de *stress* desses atletas; d) relacionar as estratégias de enfrentamento com grau de *stress*. Selecionou-se por critério aleatório e conveniência, uma amostra de 141 atletas-adolescentes, estudantes, com idades entre 15 e 18 anos, sendo 66 meninas e 75 meninos. Estes eram estudantes do ensino médio de escolas privadas da região da Grande São Paulo, atletas que treinavam e participavam de competições esportivas de âmbito escolar e alto rendimento em categorias de base. Utilizou-se uma escala auto-aplicável de enfrentamento (*coping*) para adolescentes, composta de 80 itens, e um Inventário de *Stress* composto por 44 itens. Os resultados indicaram que na amostra geral houve maior emprego da estratégia de aproximação; porém, numa separação em sub-grupos foram verificadas diferenças quanto ao gênero, pois as houve predomínio da estratégia de evitação entre as meninas. Quanto ao tipo de esporte coletivo e individual não se encontraram diferenças significativas, mesmo entre meninos e meninas. O grau de *stress* esteve em média normal na amostra geral, porém quando se separa meninos e meninas, observou-se maior presença de sintomas entre os meninos e entre atletas praticantes da modalidade individual - xadrez. Também não foram encontradas diferenças significativas na correlação entre enfrentamento e *stress*. Entendeu-se que esse tipo de investigação pode auxiliar na compreensão desses jovens praticantes de esporte, bem como se levanta a hipótese de que a prática esportiva escolar, ainda que em nível de competição, pode ter uma influência positiva, tanto no enfrentamento quanto na administração do *stress* entre esses jovens.

**Palavras-chave:** Enfrentamento (*coping*); Adolescência; Esporte; *Stress*.

**Recebido:** 17/02/2009

**Aprovado:** 17/02/2009