

ANAIS / PROCEEDINGS

IV SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE MOTIVAÇÃO E DESENVOLVIMENTO HUMANO APLICADOS À ATIVIDADE FÍSICA

4TH INTERNATIONAL SYMPOSIUM ON MOTIVATION AND HUMAN DEVELOPMENT APPLIED TO PHYSICAL ACTIVITY

SIMDH'2026

12 a 14 de março de 2026

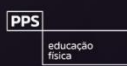


Motriz, Rio Claro, v. 32, n. 3 (Suplemento 2), 2026

DOI: 10.5016/s1980-6574v32n32026

SÃO PAULO (SP)
2026

REALIZAÇÃO



APOIO



**ANAIS DO IV SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE MOTIVAÇÃO E
DESENVOLVIMENTO HUMANO APLICADOS À ATIVIDADE FÍSICA**

**PROCEEDINGS OF THE 4TH INTERNATIONAL SYMPOSIUM ON
MOTIVATION AND HUMAN DEVELOPMENT APPLIED TO PHYSICAL
ACTIVITY**

SIMDH'2026

São Paulo – SP, Brasil

12 a 14 de março de 2026

São Paulo – SP, Brazil

March 12–14, 2026

Instituições organizadoras / Organizing Institutions:

Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade São
Judas Tadeu (PPGEF-USJT)

Laboratório de Pesquisas da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDH-USJT)

Associação Brasileira de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício (ABEPEEx)

Apoio / Support:

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES)

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP)

Atleta Campeão

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpm dh
Laboratório de Pesquisas da
Motivação e Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDOS E RECONSTRUINDO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

**PROCEEDINGS OF THE 4TH INTERNATIONAL SYMPOSIUM ON
MOTIVATION AND HUMAN DEVELOPMENT APPLIED TO
PHYSICAL ACTIVITY**

SIMDH'2026

São Paulo – SP, Brasil

12 a 14 de março de 2026

São Paulo – SP, Brazil

March 12–14, 2026

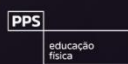
Instituições organizadoras / Organizing Institutions:

Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu (PPGEF-USJT)

Laboratório de Pesquisas da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDH-USJT)

Associação Brasileira de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício (ABEPEEx)

REALIZAÇÃO



APOIO



FICHA TÉCNICA / EDITORIAL INFORMATION

Organização Geral / General Organization:

Marcelo Callegari Zanetti

Comissão Organizadora / Organizing Committee:

Marcelo Callegari Zanetti (USJT)

Elisabete dos Santos Freire (USJT)

Edilson Medeiros de Oliveira (SEDUC do Ceará / USJT)

João Fabiano Salviato (USJT)

José Luiz Mota (Secretaria de Esportes de Santo André / USJT)

Luís Antônio de Souza Junior (UNIP – SJRP / FEUC - SJRP)

Paulo José dos Santos de Moraes (CVEDUC - Macapá / USJT)

Werlayne Stuart Soares Leite (SEDUC do Ceará e SME de Fortaleza / USJT)

Comissão Científica / Scientific Committee:

Prof. Me. Elaine Cristina Destéfani Manso (USJT) (Presidente)

Prof. Dr. André Aroni (USF / ABEPEEx)

Profa. Dra. Angela Nogueira Neves (EsEFEx)

Prof. Dr. Aylton José Figueira Júnior (USJT)

Prof. Dr. Célio Roberto Santos de Souza (UNIFAP)

Prof. Dr. Danilo Reis Coimbra (UFJF-MG)

Profa. Dra. Erika Hofling Epiphanyo (UNIVASF)

Prof. Dr. Érico Chagas Caperuto (USJT)

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de
Pesquisa em
Motricidade Humana

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

Prof. Dr. Fernando Garbeloto dos Santos (USP)
Prof. Dr. Franco Noce (UFMG)
Prof. Dr. Guilherme Carlos Brech (USJT)
Prof. Dr. Helton Magalhães Dias (UNIFAP)
Profa. Dra. Iris Callado Sanches (USJT)
Profa. Dra. Isabel Porto Filgueiras (USJT)
Profa. Dra. Lenamar Fiorese (UEM)
Prof. Dr. Luiz Felipe Faria de Azevedo Filho (CETAF)
Prof. Dr. Marcos Alencar Abaide Balbinotti (UQTR – Canadá)
Profa. Dra. Nathalia Bernardes (USJT)
Profa. Dra. Paula Teixeira Fernandes Boaventura (UNICAMP)
Prof. Dr. Rui Gomes (Universidade do Minho – Portugal)
PhD. Ryan Rhodes (University of Victoria – Canadá)
Profa. Dra. Sandra Regina Mota Ortiz (USJT)
Prof. Dr. Varley Teoldo da Costa (UFMG)

Instituições organizadoras / Organizing Institutions:

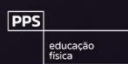
Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu (PPGEF-USJT)

Laboratório de Pesquisas da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDDH-USJT)

Associação Brasileira de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício (ABEPEEx)

Apoio / Support:

REALIZAÇÃO


sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu
PPS
educação
física
Lpmddh
Laboratório de Pesquisas da
Motivação e Desenvolvimento Humano
ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO


CAPES
GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDOS E RECONSTRUÍDO
FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO
Atleta
Campeão

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES)

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP)

Atleta Campeão

Ano: 2026

Year: 2026

Idiomas: Português, Inglês e Espanhol

Languages: Portuguese, English and Spanish

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Coordenação de Aperfeiçoamento
de Pessoal de Nível Superior

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDOS E RECONSTRUINDO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

Sumário

APRESENTAÇÃO DO EVENTO	13
PRESENTATION OF THE EVENT	15
APRESENTAÇÃO DOS ANAIS.....	17
PRESENTATION OF THE PROCEEDINGS.....	22
NOTA EDITORIAL.....	26
EDITORIAL NOTE	28
PROGRAMAÇÃO / PROGRAM	29
CONFERÊNCIAS / MESAS-REDONDAS / MINICURSOS	32
KEYNOTES / ROUNDTABLES / WORKSHOPS	32
<i>Minicurso / Workshop: Gestão do stress e burnout no desporto e no exercício físico: Estratégias de Motivação e Bem-Estar.....</i>	<i>32</i>
<i>Conferência de Abertura / Opening Keynote: The Intention–Behavior Gap in Physical Activity: Overcoming Barriers to an Active Lifestyle</i>	<i>33</i>
<i>Mesa Redonda / Roundtable: Motivação no Esporte e Atividade Física: o que ainda falta estudarmos e fazermos?</i>	<i>34</i>
<i>Motivação e regulação emocional: o que sabemos sobre esta relação (e o que ainda falta saber)?</i>	<i>34</i>
<i>Comparação Social em Academias: Impactos Motivacionais e Psicossociais na Prática do Exercício Físico.....</i>	<i>35</i>
<i>Minicurso / Workshop: Motivación y preparación psicológica en el deporte: estrategias prácticas para el rendimiento y el bienestar</i>	<i>36</i>
<i>Mesa Redonda / Roundtable: Desafios Motivacionais na Educação Física Escolar</i>	<i>37</i>
<i>Desafios Motivacionais na Educação Física Escolar: uma reflexão a partir da Teoria da Autodeterminação</i>	<i>37</i>
<i>Mesa Redonda / Roundtable: Liderança Esportiva e o Fomento da Motivação em Equipes Competitivas</i>	<i>39</i>
<i>Liderança humanizada no esporte: motivação, saúde mental e desempenho em equipes competitivas.....</i>	<i>39</i>
<i>Liderazgo deportivo en Árbitros y Árbitras de Fútbol y el fomento de la motivación en equipos competitivos.....</i>	<i>40</i>

<i>Liderança Esportiva e o Fomento da Motivação em Equipes Competitivas.....</i>	<i>41</i>
<i>Minicurso / Workshop: Promoting Action: Behavioral Strategies to Increase Physical Activity Adherence</i>	<i>42</i>
<i>Conferência de Encerramento / Closing Keynote: Prontidão para a motivação e desenvolvimento humano: Princípios para uma vida ativa e saudável</i>	<i>43</i>
RESUMOS DOS GRUPOS DE PESQUISA / RESEARCH GROUP ABSTRACTS.....	45
<i>Articulação Nacional e Internacional na Psicologia do Esporte: Avanços e Perspectivas de Cooperação Científica</i>	<i>45</i>
<i>Perspectivas Internacionais e Colaboração Nacional em Psicologia do Esporte: Caminhos para o Fortalecimento Científico.....</i>	<i>46</i>
<i>Laboratório de Psicologia do Esporte (LAPES/UFGM): 34 anos de produção científica, formação de recursos humanos e inserção nacional e internacional</i>	<i>47</i>
<i>Núcleo de Estudos e Pesquisa em Fenomenologia, Esporte e Educação: construção de saberes ..</i>	<i>48</i>
<i>Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN)</i>	<i>49</i>
<i>Grupo de Estudos de Psicologia do Esporte e Desempenho Humano (GEPEDH/UEM/CNPq)</i>	<i>50</i>
<i>Laboratório de Pesquisas da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDH/USJT): trajetória, produção científica e contribuições para o estudo da motivação no esporte e no exercício físico</i>	<i>51</i>
<i>Grupo de Investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício</i>	<i>52</i>
<i>Laboratório do Núcleo de Pesquisa em Educação Física e Esportes (NUPEFE/FEUC)</i>	<i>53</i>
TRABALHOS CIENTÍFICOS / SCIENTIFIC PAPERS / TRABAJOS CIENTÍFICOS	56
<i>R1: Integrar saberes para potenciar la motivación y el bienestar deportivo: aportes de la i jornada de bienestar, salud y desarrollo deportivo</i>	<i>56</i>
<i>R2: Experiência tandem como cuidado a usuários de serviço de saúde mental</i>	<i>57</i>
<i>R3: Aspectos motivacionais e diferenças de sexo no vôlei de areia recreativo competitivo</i>	<i>58</i>
<i>R4: Barreiras e motivadores na prática de exercício físico por mulheres: uma revisão integrativa</i>	<i>59</i>
<i>R5: Motivation and determining factors for the practice of university sports in São Paulo state .</i>	<i>60</i>
<i>R6: Exercícios físicos individuais e coletivos e níveis de ansiedade: revisão integrativa</i>	<i>62</i>
<i>R7: Integrated regulation shows unique longitudinal associations with physical activity.....</i>	<i>63</i>
<i>R8: Salud, deporte y bienestar en al alto rendimiento. Aportes desde la psicología del deporte y la actividad física</i>	<i>64</i>
<i>R9: Estratégias possíveis para promover aderência ao exercício físico e nutrição adequada em hipertensos ocupantes de cadeira de rodas visando melhoria de parâmetro clínicos, qualidade de vida e redução de mortalidade.....</i>	<i>65</i>

R10: Proposição de um programa de acompanhamento remoto do treinamento físico para o curso de ação de comando	67
R11: Regulação emocional e saúde mental em atletas do programa de alto rendimento do exército	68
R12: O impacto do sexo, nível de desempenho esportivo, tempo de experiência, tipo de modalidade esportiva na saúde mental de treinadores de alto rendimento e os reflexos da motivação.....	69
R13: O uso de aplicativos digitais e mídias sociais na manutenção da atividade física: uma revisão integrativa	70
R14: Identidade para o exercício e internalização motivacional: uma leitura integrativa à luz da teoria da autodeterminação.....	71
R15: Contribuições da psicologia do esporte e do exercício para o cuidado em saúde na atenção primária e hospitalar	73
R16: Qualidade da regulação motivacional no exercício físico: um relato de experiência em contexto de assessoria esportiva.....	74
R17: Canabidiol e treinamento aeróbico melhoram parâmetros comportamentais em modelo experimental de autismo	75
R18: Iniciação esportiva do críquete para crianças e adolescentes: uma experiência pedagógica fundamentada na Teoria da Autodeterminação em projeto de extensão universitária	76
R19: Perspectivas e reflexões sobre a formação de atletas de futebol em Minnessota: aprender, agregar e desenvolver	78
R20: Processos emocionais e motivacionais na manutenção da atividade física: um ensaio teórico em iniciação científica.....	79
R21: Efeitos da auriculoterapia no envelhecimento: uma abordagem integrativa para a promoção da saúde física, mental e emocional em pessoas idosas.....	80
R22: Barreiras e possibilidades: a motivação como elemento-chave para o desenvolvimento integral no TEA.....	81
R23: Programas de intervenção psicológica para atletas de alto rendimento: revisão integrativa da literatura científica	83
R24: Idosos e o esporte: percepções e ressignificações a respeito da velhice e da participação em competições esportivas.....	84
R25: Análise das necessidades psicológicas básicas e perfil sociodemográfico das atletas da seleção brasileira de basquete em cadeira de rodas	85
R26: Fundamentos teóricos do desenvolvimento neuromotor na educação física escolar	87
R27: Motivação e resiliência em atletas universitários paranaenses de judô	88
R28: Prática regular de treinamento de força no climatério: implicações físicas, autonômicas e comportamentais.....	89

R29: Diversificar para motivar: atividades corporais diversificadas e a participação dos estudantes na Educação Física escolar.....	90
R30: Processos motivacionais no powerlifting paralímpico: um ensaio teórico à luz da Teoria da Autodeterminação em uma experiência de iniciação científica.....	91
R31: Palhaços hospitalares e qualidade da regulação motivacional: uma análise à luz da Teoria da Autodeterminação	93
R32: A função cognitiva modula a resposta do desempenho de potência ao treinamento físico em mulheres idosas.....	94
R33: A Teoria da Autodeterminação aplicada ao treinamento de força: um relato de experiências profissionais sobre competência, relacionamento e autonomia.....	95
R34: Efeitos do treinamento físico em parâmetros hemodinâmicos, autonômicos e de capacidade física no Parkinson: uma revisão sistemática	97
R35: Entre a expressão artística e a hipersexualização: dança, cultura juvenil e alfabetização corporal	98
R36: Motivação em atletas universitários: o que os instiga a continuar?	99
R37: Fenótipos de aptidão física e a proteção contra a fragmentação do sono em universitários: uma análise de perfil latente	100
R38: Iniquidade motivacional e movimento humano: uma análise à luz da Teoria da Autodeterminação	102
R39: Impacto da iniciação científica na avaliação da aptidão física em adolescentes: um relato de experiência profissional	103
R40: Ações para aderência da população idosa em aulas de práticas corporais: relato de experiência profissional	104
R41: Resiliência psicológica na formação esportiva: perfil dimensional em jovens atletas de basquetebol.....	105
R42: Ingestão de carboidratos e aminoácidos durante a corrida tem influência no estado de humor e performance de corredores amadores.....	107
R43: Qualidade da regulação motivacional na educação física escolar: movimento humano como mediador regulatório.....	108
R44: Motivação de idosas para a adesão a um programa de atividade física	109
R45: Jogos virtuais como estratégias motivacionais no desenvolvimento de crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista: uma revisão integrativa.....	110
R46: Apoio familiar percebido na formação de atletas sub-17: implicações para o desenvolvimento humano no futebol.....	112
R47: Perspectivas para a atuação conjunta da educação física e da psicologia no contexto escolar: motivação autodeterminada e Mindfulness	113

R48: Mental health in sports coaching: work-related stressors and organizational conditions – a scoping review.....	114
R49: Entre desafios e superações: a educação física como agente motivacional na reinserção escolar após deficiência adquirida	116
R50: Surdolimpiada: experiência temática como catalisadora do protagonismo na educação física bilíngue	117
R51: Imersão tecnológica precoce e o impacto sobre o desenvolvimento motor e saúde física em crianças de 0 a 5 anos: revisão bibliográfica à luz da cultura digital.....	118
R52: Prática pedagógica desenhada com e para todos: motivando um aluno com deficiência física.....	120
R53: Jogos condicionados como dispositivos pedagógicos de motivação no futsal escolar: um ensaio analítico-conceitual	121
R54: “Vamos dançar”: vivências para pessoas com e sem deficiência visual	122
R55: Correlação entre motivação, competência, experiência esportiva e avaliação do treinador de atletas de voleibol feminino	123
R56: Da quadra ao doutorado: trajetória profissional e produção científica no vôlei sentado ...	125
R57: Tecnologias digitais e aderência ao exercício em pessoas com deficiência: uma abordagem biopsicossocial baseada na Teoria da Autodeterminação	126
R58: Treinamento de força em intensidade autosselecionada versus prescrita: efeitos sobre volume total e necessidades psicológicas básicas	127
R59: O direito da pessoa idosa à prática de atividade física: motivação, autonomia e políticas públicas para o envelhecimento ativo.....	128
R60: Hardiness como fator preditivo do desempenho humano em ambientes militares de alta demanda: uma revisão de literatura	130
R61: A influência da gestão executiva de clubes na motivação dos gestores do esporte	131
R62: Protagonismo da pessoa idosa em atividades corporais: relato de experiência na formação em enfermagem em instituição de longa permanência para pessoa idosa	132
R63: Educação física inclusiva e motivação para a participação: relato de caso a partir de uma experiência com esportes paralímpicos	134
R64: Identidade profissional e maestria no alto rendimento: um estudo de caso com uma treinadora brasileira de vôlei de praia vencedora em série	135
R65: Dynamic Motivational Stability: a multilevel integrative systems framework for long-term physical activity maintenance	136
R66: Motivação e desenvolvimento humano no futebol de base: relato comparativo entre contextos masculino e feminino	137
R67: Motivações e barreiras para a prática esportiva de pessoas trans nos Centros Educacionais Unificados (CEUS) de São Paulo.....	139

R68: Impactos do sobrepeso e obesidade no trabalho em profissionais de saúde em um hospital quartenário: um estudo piloto.....	140
R69: Divergência entre intensidade prescrita e percebida em aulas de Educação Física escolar	141
R70: A relação entre saúde mental, alimentação e autonomia da pessoa idosa: implicações em saúde e direitos	142
R71: Nível de satisfação com a telerreabilitação no pós-operatório de artroplastia total de joelho: estudo piloto	143
R72: A influência da alimentação saudável na prática de exercício físicos de pessoas idosas	145
R73: A escalada indoor como contexto de mudança de comportamento: sistematização pedagógica e desenvolvimento humano na formação do iniciante	146
R74: Arquitetura comportamental e motivação autodeterminada: a construção da mais alto escalada como ecossistema de permanência e desenvolvimento humano	147
R75: O efeito da idade relativa como mecanismo organizacional: regulação motivacional e coping no desenvolvimento do futebol de base.....	148
R76: Talento como processo regulatório: qualidade da motivação e coping no futebol brasileiro	150
R77: Motivação como mediadora da associação entre a relação treinador-atleta e o desenvolvimento de habilidades para vida em jovens atletas.....	151
R78: Influência do treinador na motivação de atletas de futebol.....	152
R79: Determinantes psicossociais da adesão à atividade física em pessoas idosas.....	153
R80: Obesidade, estigma e motivação: contribuições da Teoria da Autodeterminação para uma abordagem não individualizante.....	154

APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento Humano Aplicados à Atividade Física (SIMDH'2026) tem como eixo central um desafio fundamental no campo do movimento humano: compreender os processos que sustentam a adoção e, sobretudo, a manutenção de comportamentos relacionados à atividade física, ao exercício e ao esporte ao longo do tempo. Realizado na Universidade São Judas Tadeu, no campus Mooca, em São Paulo, o evento consolida-se como um espaço de articulação científica no campo da motivação e do comportamento humano.

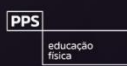
Apesar do avanço consistente do conhecimento científico acerca dos benefícios dessas práticas para a saúde, o bem-estar e o desenvolvimento humano, permanece uma lacuna significativa entre intenção e comportamento. Esse descompasso evidencia a necessidade de aprofundar a compreensão dos determinantes motivacionais que influenciam não apenas o início, mas principalmente a sustentação do comportamento ativo.

Nesse contexto, a motivação é compreendida como um fenômeno multifatorial, resultante da interação entre fatores individuais, sociais e contextuais. Sua investigação demanda a integração de diferentes perspectivas teóricas e metodológicas, capazes de explicar os processos de iniciação, regulação e manutenção do comportamento em diferentes fases da vida e contextos de prática.

O simpósio surge, portanto, como um espaço de articulação entre pesquisadores, profissionais e estudantes interessados na compreensão desses processos, promovendo o diálogo entre diferentes abordagens científicas e suas implicações para a prática profissional.

O SIMDH'2026 reuniu 381 participantes ao longo de três dias de programação, reunindo pesquisadores, professores, estudantes e profissionais de boa parte dos estados brasileiros, de diferentes regiões do país e do exterior. Foram aprovados 80 trabalhos científicos, evidenciando a diversidade temática e a vitalidade da produção na área. A participação de pesquisadores vinculados a instituições nacionais e

REALIZAÇÃO



APOIO



internacionais — incluindo universidades do Canadá, Portugal e Uruguai — contribuiu para qualificar o diálogo científico e ampliar a inserção internacional do evento.

Nesta edição, destaca-se a realização do Encontro de Líderes de Grupos de Pesquisa em Psicologia do Esporte e do Exercício, que reuniu grupos de diferentes universidades brasileiras, fortalecendo a articulação entre linhas de investigação e evidenciando a importância da construção de redes para o avanço científico da área.

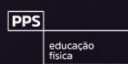
A realização do evento contou com o apoio de instituições fundamentais para o desenvolvimento da ciência no Brasil, como a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) e a Associação Brasileira de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte e do Exercício (ABEPEEx), cuja atuação tem sido central na consolidação do campo.

Em um contexto marcado pelo aumento do sedentarismo e pela prevalência de doenças crônicas, a compreensão dos processos motivacionais associados ao comportamento ativo assume relevância que ultrapassa o campo acadêmico, configurando-se também como uma questão social, educacional e de saúde pública.

Nesse sentido, o SIMDH'2026 se afirma não apenas como um evento científico, mas como um espaço de construção coletiva de conhecimento, fortalecimento institucional e desenvolvimento de uma agenda de pesquisa voltada à compreensão do movimento humano em sua complexidade.

Marcelo Callegari Zanetti
Presidente do SIMDH'2026

REALIZAÇÃO



APOIO



PRESENTATION OF THE EVENT

The 4th International Symposium on Motivation and Human Development Applied to Physical Activity (SIMDH'2026) is grounded in a central challenge within the field of human movement: to understand the processes that underlie the adoption and, above all, the maintenance of behaviors related to physical activity, exercise, and sport over time. Held at Universidade São Judas Tadeu, Mooca campus, in São Paulo, the event has established itself as a space for scientific articulation in the field of motivation and human behavior.

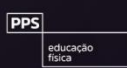
Despite the substantial advancement of scientific knowledge regarding the benefits of these practices for health, well-being, and human development, a significant gap remains between intention and behavior. This discrepancy highlights the need to further investigate the motivational determinants that influence not only the initiation, but especially the sustained engagement in active behaviors.

Within this context, motivation is understood as a multifactorial phenomenon, emerging from the interaction between individual, social, and contextual factors. Its investigation requires the integration of diverse theoretical and methodological perspectives capable of explaining the processes of initiation, regulation, and maintenance of behavior across different life stages and practice settings.

The symposium thus emerges as a platform that brings together researchers, practitioners, and students interested in advancing the understanding of these processes, fostering dialogue among different scientific approaches and their implications for professional practice.

SIMDH'2026 brought together 381 participants over three days of programming, including researchers, professors, students, and professionals from a wide range of Brazilian states, different regions of the country, and abroad. A total of 80 scientific papers were approved for presentation, reflecting the thematic diversity and vitality of research in the field. The participation of scholars affiliated with national and international institutions — including universities from Canada, Portugal, and Uruguay — contributed to strengthening scientific dialogue and enhancing the international scope of the event.

REALIZAÇÃO



APOIO



This edition also featured the Meeting of Research Group Leaders in Sport and Exercise Psychology, which brought together research groups from various Brazilian universities. This initiative fostered collaboration across research lines and highlighted the importance of network-building for the advancement of the field.

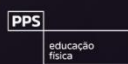
The event was supported by key institutions for the development of science in Brazil, including the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), the Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), and the Associação Brasileira de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte e do Exercício (ABEPEEx), whose contributions have been central to the consolidation of the field.

In a context marked by increasing sedentary behavior and the prevalence of chronic diseases, understanding the motivational processes associated with active behavior extends beyond the academic domain, becoming a social, educational, and public health concern.

In this sense, SIMDH'2026 positions itself not only as a scientific event, but also as a space for the collective construction of knowledge, institutional strengthening, and the development of a research agenda aimed at understanding human movement in its complexity.

Marcelo Callegari Zanetti
President, SIMDH'2026

REALIZAÇÃO



APOIO



APRESENTAÇÃO DOS ANAIS

Este volume reúne a produção científica apresentada no IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento Humano Aplicados à Atividade Física (SIMDH'2026), constituindo-se como uma síntese qualificada das discussões contemporâneas no campo da motivação aplicada ao movimento humano.

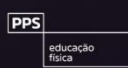
Mais do que um registro das atividades realizadas, o conjunto de produções aqui reunidas permite observar, de forma integrada, tanto os avanços quanto as tensões que caracterizam o estágio atual da área. Os trabalhos científicos, as conferências, as mesas-redondas, os minicursos e as contribuições oriundas do Encontro de Líderes de Grupos de Pesquisa em Psicologia do Esporte e do Exercício evidenciam um campo em expansão, marcado pela diversidade de objetos de estudo, abordagens teóricas e estratégias metodológicas.

Os estudos apresentados contemplam temas centrais como adesão e manutenção da prática de atividade física, processos motivacionais no esporte, saúde mental associada ao exercício, contextos educacionais e formação profissional. Essa diversidade reflete não apenas a amplitude do campo, mas também sua crescente inserção em diferentes dimensões da vida social, reforçando o papel do movimento humano como fenômeno complexo, multifacetado e socialmente relevante.

Essa diversidade também evidencia que a motivação, no contexto do movimento humano, não pode ser compreendida como um construto homogêneo, aplicável de forma indistinta a diferentes práticas. A atividade física, o exercício físico, o esporte e os contextos educacionais apresentam características específicas em termos de objetivos, estrutura, demandas e significados atribuídos pelos indivíduos, o que implica dinâmicas motivacionais distintas.

Enquanto a atividade física, frequentemente associada a comportamentos de saúde e estilos de vida, envolve desafios relacionados à adesão e à manutenção ao longo do tempo, o exercício físico tende a se caracterizar por práticas mais estruturadas e orientadas a objetivos específicos, como condicionamento físico,

REALIZAÇÃO



APOIO



estética ou reabilitação. O esporte, por sua vez, incorpora dimensões adicionais relacionadas ao desempenho, à competição, à identidade e às interações sociais, exigindo a consideração de processos motivacionais associados à excelência, à persistência e à gestão de demandas psicológicas específicas. Já os contextos educacionais, como a Educação Física escolar, introduzem elementos relacionados à aprendizagem, ao desenvolvimento e à experiência formativa, nos quais a motivação se articula com processos pedagógicos e sociais.

Essa distinção não implica a fragmentação do campo, mas reforça a necessidade de modelos explicativos capazes de considerar as especificidades de cada contexto, ao mesmo tempo em que buscam princípios integradores que permitam compreender o comportamento humano em sua complexidade.

Ao mesmo tempo, a análise do conjunto de trabalhos revela características estruturais importantes da produção científica na área. Observa-se a predominância de delineamentos descritivos e correlacionais, frequentemente ancorados em modelos teóricos consolidados, como a Teoria da Autodeterminação e outras abordagens sociocognitivas. Esses modelos têm sido fundamentais para a organização do conhecimento e para a identificação de variáveis relevantes na explicação do comportamento humano. No entanto, os trabalhos aqui reunidos também evidenciam limites importantes dessas abordagens quando consideradas isoladamente, especialmente no que se refere à compreensão dos processos que sustentam a continuidade do comportamento ao longo do tempo.

Esse limite torna-se particularmente evidente diante da persistente lacuna entre intenção e comportamento — problemática amplamente discutida ao longo do evento e que permanece como um dos principais desafios da área. Embora exista um corpo robusto de evidências sobre os determinantes cognitivos e motivacionais da intenção, ainda se observa uma dificuldade significativa em explicar como essa intenção se traduz em ação consistente e sustentada. Esse descompasso aponta para a necessidade de ampliar os modelos explicativos, incorporando dimensões relacionadas à autorregulação, às respostas afetivas, à formação de hábitos, à identidade e aos processos não conscientes que influenciam o comportamento.

Essa perspectiva também exige que o comportamento seja compreendido como um processo dinâmico e não linear, marcado por oscilações, interrupções e retomadas ao longo do tempo. Nesse sentido, a análise da motivação demanda abordagens sensíveis à dimensão temporal do comportamento, capazes de captar não apenas sua ocorrência, mas suas variações e transições ao longo da vida.

As contribuições apresentadas nas conferências, mesas-redondas e minicursos indicam um movimento importante de ampliação teórica, com a incorporação de perspectivas que buscam integrar processos reflexivos, autorregulatórios e automáticos. Esse avanço sugere a necessidade de modelos mais dinâmicos e integrativos, capazes de capturar a complexidade temporal do comportamento humano, especialmente no que se refere à transição entre a iniciação e a manutenção da prática de atividade física e exercício.

Outro aspecto que emerge de forma consistente ao longo deste volume refere-se à relação entre produção científica e prática profissional. Apesar do avanço teórico e da crescente sofisticação metodológica, ainda se observa um distanciamento entre o conhecimento produzido e sua aplicação sistemática em contextos reais. Esse desafio se manifesta, sobretudo, na dificuldade de traduzir modelos explicativos em estratégias de intervenção eficazes, particularmente no que se refere à promoção da adesão e da manutenção do comportamento ativo em diferentes populações.

Além disso, torna-se cada vez mais evidente que a compreensão do comportamento ativo não pode ser dissociada dos contextos sociais, culturais e ambientais em que os indivíduos estão inseridos. Fatores como acesso, oportunidades, suporte social e características dos ambientes de prática exercem influência significativa sobre os processos motivacionais, reforçando a necessidade de abordagens que integrem níveis individuais e contextuais de análise.

As contribuições oriundas do Encontro de Líderes de Grupos de Pesquisa em Psicologia do Esporte e do Exercício reforçam essa leitura ao evidenciar a consolidação de diferentes agendas investigativas no país, bem como a diversidade de abordagens adotadas pelos grupos. Ao mesmo tempo, tornam visível a necessidade de maior articulação entre essas agendas, especialmente por meio do desenvolvimento de

projetos colaborativos e multicêntricos que ampliem a robustez, a generalização e o impacto das evidências produzidas.

De forma geral, os trabalhos reunidos neste volume indicam um campo que avançou de maneira significativa na identificação de variáveis relevantes e na construção de modelos explicativos, mas que ainda enfrenta desafios importantes relacionados à integração teórica, ao avanço metodológico e à produção de evidências aplicáveis em larga escala. Entre esses desafios, destacam-se a necessidade de delineamentos que capturem a dinâmica temporal do comportamento, a incorporação de medidas mais sensíveis aos processos afetivos e não conscientes, e o desenvolvimento de estratégias que aproximem, de forma mais efetiva, pesquisa e intervenção.

Nesse contexto, este volume se propõe a contribuir não apenas para a consolidação do conhecimento produzido, mas também para a problematização dos caminhos da área. Os trabalhos aqui apresentados não oferecem respostas definitivas, mas evidenciam a complexidade do fenômeno investigado e indicam a necessidade de abordagens interdisciplinares, integradas e sensíveis aos diferentes contextos em que o comportamento ativo se manifesta.

Sob essa perspectiva, os anais do SIMDH'2026 se apresentam não apenas como um registro da produção científica recente, mas como um espaço de síntese, problematização e direcionamento do campo. Ao reunir diferentes perspectivas, evidências e agendas de investigação, este volume reforça a necessidade de avançar para modelos explicativos mais integrados e para práticas profissionais mais fundamentadas em evidências. Mais do que responder às questões atuais, o conjunto de produções aqui apresentado contribui para qualificar e orientar as perguntas que direcionam o futuro da área.

Marcelo Callegari Zanetti

Elaine Cristina Destéfani Manso

Comissão Científica

SIMDH'2026

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia
do Movimento e da Saúde

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta
Campeão



12 A 14 DE MARÇO DE 2026

**IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento
Humano Aplicados à Atividade Física**
IV International Symposium on Motivation and Human
Development Applied to Physical Activity

Universidade São Judas Tadeu

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Motivação e Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDOS E RECONSTRUINDO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

Processo PAEP-20253503870P. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).
Processo 2025/15655-0. Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP).

PRESENTATION OF THE PROCEEDINGS

This volume brings together the scientific production presented at the 4th International Symposium on Motivation and Human Development Applied to Physical Activity (SIMDH'2026), constituting a qualified synthesis of contemporary discussions in the field of motivation applied to human movement.

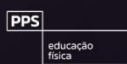
More than a mere record of the activities conducted, the body of work compiled here allows for an integrated view of both the advances and the tensions that characterize the current state of the field. The scientific papers, keynote lectures, roundtables, workshops, and contributions stemming from the Meeting of Research Group Leaders in Sport and Exercise Psychology highlight a field in expansion, marked by the diversity of research topics, theoretical approaches, and methodological strategies.

The studies presented address central themes such as adherence to and maintenance of physical activity, motivational processes in sport, mental health in relation to exercise, educational contexts, and professional development. This diversity reflects not only the breadth of the field but also its increasing relevance across different domains of social life, reinforcing the role of human movement as a complex, multifaceted, and socially significant phenomenon.

This diversity also underscores that motivation, within the context of human movement, cannot be understood as a homogeneous construct applicable in the same way across different practices. Physical activity, exercise, sport, and educational settings present specific characteristics in terms of objectives, structure, demands, and meanings attributed by individuals, leading to distinct motivational dynamics.

While physical activity is often associated with health behaviors and lifestyle practices, involving challenges related to long-term adherence and maintenance, exercise tends to be more structured and oriented toward specific goals such as fitness, aesthetics, or rehabilitation. Sport, in turn, incorporates additional dimensions related to performance, competition, identity, and social interaction, requiring the consideration of motivational processes linked to excellence, persistence, and the

REALIZAÇÃO



APOIO



management of specific psychological demands. Educational contexts, such as school-based physical education, introduce elements related to learning, development, and formative experiences, in which motivation is closely intertwined with pedagogical and social processes.

This distinction does not imply fragmentation of the field; rather, it reinforces the need for explanatory models capable of addressing the specificities of each context while also seeking integrative principles to understand human behavior in its complexity.

At the same time, the analysis of the body of work reveals important structural characteristics of scientific production in the field. There is a predominance of descriptive and correlational study designs, often grounded in well-established theoretical models such as Self-Determination Theory and other sociocognitive approaches. These frameworks have played a crucial role in organizing knowledge and identifying relevant variables in explaining human behavior. However, the studies presented also highlight important limitations of these approaches when considered in isolation, particularly regarding the understanding of processes that sustain behavior over time.

This limitation becomes particularly evident when considering the persistent gap between intention and behavior — an issue widely discussed throughout the event and which remains one of the central challenges in the field. Despite a robust body of evidence on the cognitive and motivational determinants of intention, there is still a significant difficulty in explaining how intention translates into consistent and sustained action. This discrepancy points to the need for expanding explanatory models by incorporating dimensions related to self-regulation, affective responses, habit formation, identity, and non-conscious processes that influence behavior.

This perspective also requires behavior to be understood as a dynamic and non-linear process, characterized by fluctuations, interruptions, and resumptions over time. In this sense, the study of motivation demands approaches that are sensitive to the temporal dimension of behavior, capable of capturing not only its occurrence but also its variations and transitions across the lifespan.

The contributions presented in the keynote lectures, roundtables, and workshops reflect an important movement toward theoretical expansion, incorporating perspectives that seek to integrate reflective, self-regulatory, and automatic processes. This advancement suggests the need for more dynamic and integrative models capable of capturing the temporal complexity of human behavior, particularly regarding the transition from initiation to maintenance of physical activity and exercise.

Another aspect that emerges consistently throughout this volume concerns the relationship between scientific production and professional practice. Despite theoretical advances and increasing methodological sophistication, there remains a gap between the knowledge produced and its systematic application in real-world contexts. This challenge is especially evident in the difficulty of translating explanatory models into effective intervention strategies, particularly in promoting adherence to and maintenance of active behavior across different populations.

Furthermore, it is increasingly evident that understanding active behavior cannot be dissociated from the social, cultural, and environmental contexts in which individuals are embedded. Factors such as access, opportunities, social support, and characteristics of practice environments play a significant role in shaping motivational processes, reinforcing the need for approaches that integrate both individual and contextual levels of analysis.

The contributions from the Meeting of Research Group Leaders in Sport and Exercise Psychology further reinforce this perspective by highlighting the consolidation of multiple research agendas within the country, as well as the diversity of theoretical and methodological approaches adopted by different groups. At the same time, they reveal the need for greater articulation among these agendas, particularly through the development of collaborative and multicenter research projects that can enhance the robustness, generalizability, and impact of scientific evidence.

Overall, the works compiled in this volume indicate a field that has made significant progress in identifying relevant variables and developing explanatory models, yet still faces important challenges related to theoretical integration,

methodological advancement, and the production of evidence applicable at scale. Among these challenges are the need for study designs that capture the temporal dynamics of behavior, the incorporation of measures sensitive to affective and non-conscious processes, and the development of strategies that more effectively bridge research and intervention.

In this context, this volume aims not only to consolidate the knowledge produced but also to foster critical reflection on the future directions of the field. The works presented here do not offer definitive answers; rather, they highlight the complexity of the phenomenon under investigation and point to the need for interdisciplinary, integrative, and context-sensitive approaches to understanding active behavior.

From this perspective, the proceedings of SIMDH'2026 are presented not merely as a record of recent scientific production, but as a space for synthesis, critical reflection, and direction-setting within the field. By bringing together diverse perspectives, evidence, and research agendas, this volume reinforces the need to advance toward more integrative explanatory models and more evidence-based professional practices. More than providing answers to current questions, the body of work presented here contributes to refining and guiding the questions that will shape the future of the field.

Marcelo Callegari Zanetti

Elaine Cristina Destéfani Manso

Scientific Committee

IV SIMDH 2026

Universidade São Judas Tadeu

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia da Motivação e do Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

NOTA EDITORIAL

Os trabalhos reunidos neste volume correspondem às produções científicas aprovadas para apresentação no IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento Humano Aplicados à Atividade Física (SIMDH'2026), consolidando o evento como um espaço de articulação científica no campo do movimento humano.

As submissões foram realizadas por meio de chamada pública e avaliadas por membros da Comissão Científica em regime de dupla revisão cega por pares (*double-blind peer review*), assegurando rigor científico, transparência e equidade no processo de avaliação. Cada trabalho foi avaliado por dois pareceristas ad hoc, sendo acionado um terceiro revisor em casos de divergência.

O processo avaliativo considerou critérios como adequação ao escopo do evento, consistência teórica, rigor metodológico, originalidade, clareza na comunicação científica e potencial de impacto das produções.

Os trabalhos contemplam diferentes modalidades de produção científica, incluindo pesquisas empíricas, revisões de literatura, ensaios teóricos, relatos de experiência e estudos de caso, refletindo a diversidade de abordagens e contextos investigativos no campo do movimento humano.

Os resumos publicados neste volume seguem formato padronizado, sendo apresentados em parágrafo único e sem inclusão de citações ou referências. Essa escolha editorial visa garantir uniformidade, fluidez de leitura e maior disseminação das produções apresentadas. Ressalta-se que os trabalhos foram submetidos e avaliados exclusivamente na forma de resumo simples, não correspondendo a artigos completos.

Os textos são de responsabilidade exclusiva de seus autores, não refletindo necessariamente o posicionamento da comissão organizadora ou científica do evento.

A organização dos trabalhos neste volume respeita a sequência definida no processo de submissão e organização editorial, não havendo divisão por eixos temáticos, de modo a preservar a dinâmica original de apresentação do evento e a diversidade das produções.

Este volume busca registrar e sistematizar a produção científica apresentada, contribuindo não apenas para a disseminação do conhecimento, mas também para a

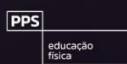


12 A 14 DE MARÇO DE 2026

**IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento
Humano Aplicados à Atividade Física**
IV International Symposium on Motivation and Human
Development Applied to Physical Activity

qualificação das discussões e o avanço do campo da motivação e do comportamento humano aplicado ao movimento.

REALIZAÇÃO



APOIO



EDITORIAL NOTE

The works compiled in this volume correspond to the scientific contributions accepted for presentation at the 4th International Symposium on Motivation and Human Development Applied to Physical Activity (SIMDH'2026), reinforcing the event as a space for scientific articulation within the field of human movement.

Submissions were received through an open call and evaluated by members of the Scientific Committee under a double-blind peer review process, ensuring scientific rigor, transparency, and fairness. Each submission was reviewed by two ad hoc reviewers, with a third reviewer consulted in cases of disagreement.

The evaluation process considered criteria such as relevance to the event scope, theoretical consistency, methodological rigor, originality, clarity of scientific communication, and potential impact.

The works include different types of scientific contributions, such as empirical studies, literature reviews, theoretical essays, case studies, and experience reports, reflecting the diversity of approaches within the field of human movement.

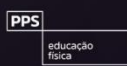
The abstracts included in this volume follow a standardized format, being presented in a single paragraph without the inclusion of citations or references. This editorial choice aims to ensure consistency, readability, and broader dissemination of the presented works. It is important to note that the works were submitted and evaluated exclusively in abstract form and do not correspond to full-length articles.

The content of each work is the sole responsibility of its authors and does not necessarily reflect the views of the organizing or scientific committees.

The organization of the works in this volume follows the sequence established during the submission and editorial process, without division into thematic areas, in order to preserve the original structure of the event and the diversity of contributions.

This volume aims to document and systematize the scientific production presented, contributing not only to the dissemination of knowledge, but also to the advancement of scholarly debate and the development of the field of motivation and human behavior applied to movement.

REALIZAÇÃO



APOIO



PROGRAMAÇÃO / PROGRAM

12 de março de 2026 (Quinta-feira)

09h00-12h00: Encontro com Líderes de Grupos de Pesquisa de Psicologia do Exercício e Esporte

Mediadores: Prof. Dr. Franco Noce (UFMG / ABEPEEx) e Prof. Dr. André Aroni (Universidade São Francisco / ABEPEEx)

13h00 – Início do Credenciamento dos Participantes

14h00-16h00: Minicurso

Tema: Gestão do estresse e burnout no esporte e no exercício físico: Estratégias de Motivação e Bem-Estar

Ministrante: Prof. Dr. Rui Gomes (Universidade do Minho - Portugal)

Moderador: Prof. Me. Paulo José dos Santos de Moraes (CVEDUC - Macapá / USJT)

16h15-18h15: Sessão Científica

Sessão Científica (Online e Presencial)

Moderadores: Profa. Dra. Iris Callado Sanches (USJT) / Profa. Dra. Nathalia Bernardes (UJST) / Prof. Dr. Varley Teoldo da Costa (UFMG) / Prof. Dr. Altair Moioli (UNIP) / Prof. Dr. Luís Antônio de Souza Junior (UNIP / FEUC) / Profa. Me. Elaine Cristina Destéfani (USJT) / Prof. Me. Edilson Medeiros de Oliveira (SEDUC do Ceará / USJT) / Prof. Me. Paulo José dos Santos de Moraes (CVEDUC - Macapá / USJT) / Prof. Me. Werlayne Stuart Soares Leite (SEDUC do Ceará e SME de Fortaleza / USJT) / Prof. Me. José Luiz Mota (Secretaria de Esportes de Santo André / USJT).

19h00-19h20: Abertura Oficial do Evento

19h20-20h20: Conferência de Abertura

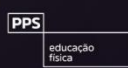
Tema: A Lacuna Entre Intenção e Comportamento na Atividade Física: Superando Barreiras para um Estilo de Vida Ativo (The Intention-Behavior Gap in Physical Activity: Overcoming Barriers to an Active Lifestyle)

Palestrante: Prof. PhD. Ryan Rhodes (Universidade de Victoria, Canadá)

Moderador: Prof. Dr. Marcelo Callegari Zanetti (USJT)

13 de março de 2026 (Sexta-feira)

REALIZAÇÃO



APOIO



10h00-11h50: Mesa-Redonda

Tema: Motivação no Esporte e Atividade Física: o que ainda falta estudarmos e fazermos?

Palestrantes:

Palestrante: Prof. Dr. Aylton José Figueira Júnior (USJT)

Palestrante: Profa. Dra. Angela Nogueira Neves (EsEFEx – RJ)

Palestrante: Profa. Me. Elaine Cristina Destéfani (USJT)

Moderador: Prof. Me. Edilson Medeiros de Oliveira (SEDUC do Ceará / USJT)

14h00-16h00: Minicurso

Tema: Motivação e Preparação Psicológica no Esporte: Estratégias Práticas para o Desempenho e o Bem-Estar (Motivación y preparación psicológica en el deporte: estrategias prácticas para el rendimiento y el bienestar)

Ministrante: Psicólogo Jesús Maria Chalela Suarez (Uruguai)

Moderadora: Profa. Me. Elaine Cristina Destéfani Manso (USJT)

16h30-18h30: Mesa-Redonda

Tema: Desafios Motivacionais na Educação Física escolar

Palestrantes:

Palestrante: Profa. Dra. Isabel Porto Filgueiras (USJT)

Palestrante: Prof. Dr. Fernando Garbeloto dos Santos (USP - SP)

Palestrante: Prof. Dr. Luís Antônio de Souza Junior (UNIP – SJRP / FEUC - SJRP)

Moderador: Prof. Me. Werlayne Stuart Soares Leite (SEDUC do Ceará e SME de Fortaleza / USJT)

19h00-21h00: Mesa-Redonda

Tema: Liderança Esportiva e o Fomento da Motivação em Equipes Competitivas

Palestrantes:

Palestrante: Profa. Dra. Juliane Jellmayer Fecho (Psicóloga do Esporte)

Palestrante: Psicólogo Jesús Maria Chalela Suarez (Uruguai)

Palestrante: Profa. Dra. Paula Teixeira Fernandes (UNICAMP – SP)

Moderador: Prof. Esp. João Fabiano Salviato (USJT)

14 de março de 2026 (Sábado)

09h00-11h00: Minicurso

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmhdh
Laboratório de
Psicologia do Movimento
Humano e da Saúde

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

Tema: Promovendo a Ação: Estratégias Comportamentais para Aumentar a Adesão à Atividade Física (Promoting Action: Behavioral Strategies to Increase Physical Activity Adherence)

Ministrante: Prof. Dr. Ryan Rhodes (Universidade de Victória - Canadá)

Moderador: Prof. Dr. Marcelo Callegari Zanetti (USJT)

11h15-12h15: Conferência de Encerramento

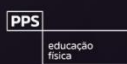
Tema: Prontidão para a motivação e desenvolvimento humano: Princípios para uma vida ativa e saudável

Palestrante: Prof. Dr. Rui Gomes (Universidade do Minho - Portugal)

Moderador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado (UNESP-SP)

12h20-12h40: Cerimônia de Encerramento

REALIZAÇÃO



APOIO



CONFERÊNCIAS / MESAS-REDONDAS / MINICURSOS

KEYNOTES / ROUNDTABLES / WORKSHOPS

Minicurso / Workshop: Gestão do stress e *burnout* no desporto e no exercício físico: Estratégias de Motivação e Bem-Estar

Rui Gomes

Universidade do Minho. Escola de Psicologia. Braga, Portugal.

rgomes@psi.uminho.pt

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estima que 12 biliões de dias de trabalho são perdidos anualmente devido a problemas de saúde mental dos trabalhadores, com custos astronómicos para empregadores e estados (um trilião de dólares por ano). Um dos fatores estruturais que contribui para problemas de saúde mental nos trabalhadores é o stress ocupacional, existindo dados que apontam que quase um quarto dos trabalhadores podem reportar níveis muito elevados de stress durante longos períodos da carreira profissional. Uma das consequências da exposição ao stress crónico é o “burnout”, caracterizado por um estado de exaustão mental, emocional e físico relativamente ao trabalho, que pode conduzir a uma total incapacidade dos trabalhadores executarem as suas atividades profissionais. No entanto, apesar deste cenário negativo, a verdade é que a intervenção sobre o stress e o “burnout” compensa, pois por cada dólar investido na prevenção e tratamento destes problemas verifica-se um retorno estimado de 4 dólares para os empregadores e estados. Nesta minicurso, debatemos o modo como as estratégias de motivação podem ser utilizadas para ajudar na gestão do stress e do “burnout” em profissionais da área do desporto (ex: dirigentes, treinadores, atletas) e do exercício físico (ex: instrutores de exercício físico, praticantes de exercício físico). Especificamente, trabalharemos com o conceito de “Prontidão para a Motivação” para analisar como poderão ser traçados planos motivacionais para diferentes pessoas envolvidas no desporto e no exercício físico. Durante o curso, serão analisados casos práticos, serão analisadas as estratégias de motivação a aplicar em cada caso e no final será efetuada uma reflexão conjunta sobre como intervir sobre o fenómeno do stress e “burnout” através dos fatores motivacionais, nomeadamente, intervindo sobre a prontidão para a motivação.

Palavras-chave: Stress; “Burnout”; Prontidão para a motivação; Desporto; Exercício Físico; Bem-estar.

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia
do Movimento, da Saúde e do
Desporto

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

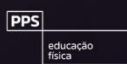
**Conferência de Abertura / Opening Keynote: The Intention–Behavior Gap in
Physical Activity: Overcoming Barriers to an Active Lifestyle**

Ryan E. Rhodes, PhD

School of Exercise Science, Physical and Health Education, University of
Victoria, Canadarhodes@uvic.ca

Despite considerable evidence for the health, social, and environmental benefits of physical activity, participation rates remain low worldwide so effective promotion is warranted. Promotion is best guided by a sound theoretical understanding of physical activity. Research inquiry, particularly in the rationalist social cognitive tradition, has shown that intention is a critical determinant of behavior. However, meta-analyses have also shown that much of the intention-physical activity relationship is grounded in non-intenders who are subsequently inactive; instead, people who hold positive physical activity intentions have a near equal chance of failing to engage in physical activity as they do enacting the behavior. The finding, labelled “the intention-behavior gap” is popularized by failed New Year’s Resolutions worldwide and research has shown it is manifest in all populations (e.g., adolescents, adults, older adults, clinical populations) and apparent regardless of how physical activity is measured (self-report, accelerometer, exercise program attendance). In this presentation, I provide an overview of what we know about the gap between physical activity intentions and behavior, including the different processes that contribute to translating intentions into action. The talk will highlight that translating intentions into physical activity in early adoption may rely particularly on regulatory processes (self-regulation tactics), yet reflexive processes (stimulus-based associative motivation) are the largest predictors of a sustained physical activity profile. I review studies from my research lab that have explored correlates and determinants of the intention-behavior gap, across disparate populations performing various physical activities, in order to make sense of what constructs (e.g. reflective, reflexive, regulatory), under various situations (e.g., retirement, COVID-19 restrictions, early parenthood), are critical to the follow-through of intentions. Some of these findings challenge current theoretical conceptions and practice. The session will conclude with information about how best to bridge the intention-behavior gap with current best practice intervention techniques, particularly for promoting physical activity emotion regulation, habits, and identity. I will demonstrate how practitioners and researchers may need to focus on understanding the temporal sequencing of specific processes in behavioral initiation and maintenance particularly under times of behavioral disruption from internal affective states or external situational events. The need for a multi-process

REALIZAÇÃO


pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu
educação
física
Lpmdh
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO


CAPES
GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO
Atleta
Campeão

approach to physical activity promotion in order to close the intention-behavior gap is emphasized.

Keywords: Intention-Behavior Gap; Physical Activity Promotion; Self-Regulation; Habit Formation; Behavioral Maintenance; Multi-Process Model.

Mesa Redonda / Roundtable: Motivação no Esporte e Atividade Física: o que ainda falta estudarmos e fazermos?

Motivação e regulação emocional: o que sabemos sobre esta relação (e o que ainda falta saber)?

Profa. Dra. Angela Nogueira Neves

Escola de Educação Física do Exército do Rio de Janeiro – EsEFEx

angelanneves@yahoo.com.br

A regulação emocional tem sido proposta como uma forma de processamento emocional na qual um indivíduo influencia a ocorrência, a experiência e a expressão das emoções. É o processo de modulação de um ou mais aspectos de uma experiência ou resposta emocional. Existem cinco famílias de estratégias de regulação emocional de acordo com onde a estratégia tem seus efeitos primários no processo gerador de emoções (situação, atenção, avaliação ou resposta). No primeiro componente do processo gerador de emoções (situação), as estratégias relacionadas à situação, incluindo a seleção e a modificação da situação, podem selecionar ou modificar as situações com maior probabilidade de estarem alinhadas com o objetivo da emoção. Além disso, as estratégias de atenção (desdobramento da atenção) buscam alterar a emoção, priorizando quais aspectos da situação são percebidos ou atendidos. Durante a avaliação, as estratégias cognitivas (mudança cognitiva) podem ser aplicadas para alterar a cognição em relação à situação ou ao objetivo cognitivamente representado, alterando assim as emoções. Finalmente, as estratégias de modulação da resposta (modulação da resposta) impostas ao componente de resposta podem modificar diretamente as respostas emocionais em aspectos comportamentais e fisiológicos. As quatro primeiras foram propostas como estratégias de regulação emocional focadas no antecedente, pois regulam a emoção manipulando os estímulos para o processo de geração de emoção. Já as estratégias relacionadas à modulação da resposta manipulam o resultado da geração da emoção (resposta), sendo, portanto, propostas como estratégias de regulação emocional focadas na resposta. Pesquisas constataram que o exercício físico tem potencial para melhorar a regulação emocional, ao promover oportunidades de adotar estratégias adaptativas de processamento

emocional. Primeiramente, o exercício físico pode mitigar o impacto de estímulos negativos nos estágios iniciais do processo de controle cognitivo, reflexo da redução da superalocação de atenção capturada por conteúdo negativo. O exercício físico também pode reduzir o impacto adverso causado pela recuperação involuntária de memórias emocionais negativas, interferindo no processo de reconsolidação da memória. Há evidências que apontam que a motivação autônoma (regulação intrínseca, integrada e identificada) está associada a estratégias de regulação emocional mais flexíveis e eficazes, como a reavaliação cognitiva e a atenção plena, que promovem o bem-estar psicológico. De outra forma, é menos usada a supressão como estratégia de regulação emocional, sendo mais benéfico ao longo prazo. Já no que diz respeito à motivação controlada (regulação externa e introjetada) está associada a estratégias rígidas ou evitativas de regulação emocional, como supressão expressiva ou ruminação, que podem exacerbar o sofrimento e ainda provocar maior reatividade emocional. Mas seria sempre assim? Há diferenças individuais que podem provocar alterações nessa relação, assim como entre o esporte de rendimento e o exercício físico praticado para saúde. E como essa relação pode ser explicada nas distintas etapas do processo de adesão ao exercício físico e que fatores podem ser intervenientes? O que dá suporte e antecede essas relações? É isso que vamos buscar elucidar nessa palestra, apontando ainda o que falta compreender na relação entre regulação emocional, exercício físico e motivação.

Palavras-chave: Regulação emocional; Exercício físico; Motivação autodeterminada; Estratégias de enfrentamento emocional; Adesão à atividade física; Diferenças individuais.

Comparação Social em Academias: Impactos Motivacionais e Psicossociais na Prática do Exercício Físico

Profa. Me. Elaine Cristina Destéfani
Universidade São Judas Tadeu
elainedestefani31@gmail.com

A presente contribuição propõe uma análise aprofundada sobre os efeitos da comparação social nos ambientes de academia, explorando suas diferentes formas — *upward* (para cima), *downward* (para baixo) e lateral — e suas implicações para a motivação, bem-estar e autorregulação de praticantes de exercício físico. Em contextos marcados por forte exposição corporal e apelo estético, como academias de ginástica, a comparação social tende a ocorrer de forma automática e contínua, influenciando significativamente variáveis como autoestima, satisfação ou

insatisfação com a imagem corporal e ansiedade físico-social. Partindo do pressuposto de que o comportamento de comparar-se com os outros é inerente ao funcionamento humano, será discutido como cada tipo de comparação pode gerar diferentes desfechos motivacionais: enquanto comparações *upward* podem tanto inspirar quanto gerar frustração e sentimento de inadequação, as *downward* podem produzir alívio momentâneo, mas também reforçar a estagnação. A comparação lateral, por sua vez, tem emergido como um caminho possível para a construção de vínculos mais realistas e empáticos, favorecendo a aceitação corporal e a continuidade da prática. Serão exploradas as interações entre esses processos comparativos e os estados de bem-estar subjetivo, regulação emocional e vitalidade, bem como o papel das necessidades psicológicas básicas — autonomia, competência e relação social — na mediação entre comparação social e motivação, à luz da Teoria da Autodeterminação. A exposição também pretende discutir estratégias práticas que podem ser adotadas por profissionais da área para minimizar os efeitos negativos da comparação social, como a reformulação do ambiente físico e simbólico das academias, o incentivo à orientação por metas de processo em vez de resultado, e a valorização de experiências prazerosas e autodeterminadas. Ao articular diferentes construtos psicológicos, esta proposta busca oferecer contribuições teóricas e aplicadas para a compreensão dos fatores que sustentam ou comprometem a permanência de indivíduos em programas de exercício físico. Espera-se, com isso, fomentar uma reflexão crítica sobre os desafios motivacionais contemporâneos nos espaços de prática corporal e favorecer a construção de ambientes mais acolhedores, equitativos e motivadores.

Palavras-chave: Comparação social; Imagem corporal; Motivação autodeterminada; Academias; Ansiedade físico-social; Vitalidade; Regulação emocional.

**Minicurso / Workshop: Motivación y preparación psicológica en el deporte:
estrategias prácticas para el rendimiento y el bienestar**

Psicólogo Jesús Maria Chalela Suarez
Asociación Uruguaya de Fútbol, Uruguai
jesuscha@vera.com.uy

La motivación se configura como una de las variables psicológicas más investigadas en el ámbito de las ciencias humanas, siendo reconocida por su papel determinante en la activación, orientación, persistencia y abandono de conductas en diversos contextos de la vida. En el ámbito deportivo y laboral, adquiere especial relevancia al influir directamente sobre el compromiso, la calidad de desempeño y el bienestar psicológico de los individuos. Este taller propone una dinámica participativa y reflexiva

que parte del disparador “Identifique tres motivos por los cuales usted desempeña su función”, estimulando a los participantes a explorar sus propias fuentes motivacionales desde una perspectiva tanto intrapersonal como socioambiental. A lo largo de la actividad, se profundizará en cómo la construcción cognitiva que cada persona realiza de las situaciones (positiva, negativa o neutra) modula su nivel de motivación, y cómo dicha construcción es influenciada por factores individuales, sociales, culturales y organizacionales. En este proceso, se discutirán estrategias prácticas de regulación motivacional y afrontamiento, que favorezcan el rendimiento sostenible y la promoción de la salud mental en entornos deportivos y laborales. Se tomará como referencia el modelo de la “rueda de la excelencia” propuesto por Terry Orlick, el cual destaca siete pilares fundamentales del entrenamiento mental: compromiso, atención dirigida, confianza, visualización positiva, preparación mental, control de distracciones y aprendizaje continuo. Tales elementos serán debatidos como recursos clave en la autorregulación emocional y cognitiva de profesionales del deporte y del ámbito organizacional. El taller busca, así, no sólo estimular a los participantes a identificar y fortalecer sus fuentes de motivación, sino también brindar herramientas aplicables que favorezcan ambientes más saludables, colaborativos y orientados al desarrollo humano integral. A partir del intercambio de experiencias y saberes, pretende consolidarse como un espacio de construcción conjunta, en el cual la motivación sea entendida no sólo como impulso individual, sino como un fenómeno relacional y transformador.

Palabras clave: motivación; psicología del deporte; salud mental; autorregulación; excelencia; entrenamiento mental.

Mesa Redonda / Roundtable: Desafios Motivacionais na Educação Física Escolar

Desafios Motivacionais na Educação Física Escolar: uma reflexão a partir da Teoria da Autodeterminação

Prof. Dr. Luís Antônio de Souza Júnior

Universidade Paulista – São José do Rio Pardo

Faculdade Euclides da Cunha – São José do Rio Pardo

prof.souzajr@gmail.com

A palestra “Desafios Motivacionais na Educação Física Escolar”, irá propor uma reflexão aprofundada sobre os desafios enfrentados por educadores diante da complexidade da adolescência contemporânea. Fundamentada na Teoria da Autodeterminação (Deci & Ryan, 2000), a palestra destacará como a Educação Física

pode se consolidar como um espaço pedagógico transformador, alinhado às necessidades das novas gerações no contexto da Educação Básica. A exposição terá início com uma contextualização da Educação Básica à luz da Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2017), que orienta a formação integral, democrática e cidadã dos estudantes. Na sequência, serão discutidas as delimitações entre infância e adolescência, com base em marcos legais e institucionais como o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização das Nações Unidas (ONU), destacando as especificidades dessa fase da vida. O foco central da palestra será a adolescência como um período marcado por intensas transformações fisiológicas, cognitivas, emocionais e sociais. Um dos pontos abordados será a imaturidade do córtex pré-frontal até aproximadamente os 25 anos de idade, fator que contribui para explicar comportamentos impulsivos, resistência à disciplina e a influência das emoções nas decisões dos adolescentes. Esses aspectos, aliados à exposição à cultura digital e à busca por pertencimento e identidade, acentuam os desafios do ambiente escolar. Nesse cenário, a Teoria da Autodeterminação será apresentada como um referencial teórico essencial para a criação de ambientes motivadores. Essa teoria propõe que a motivação humana se sustenta em três necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e relacionamento. Para que os estudantes se engajem de forma genuína, é fundamental que se sintam capazes de fazer escolhas, percebam avanços em suas habilidades e estabeleçam vínculos significativos com colegas e professores. Um eixo fundamental da palestra será a valorização do papel das famílias no processo educativo. Será enfatizado como o envolvimento ativo dos pais, por meio de elogios, orientações e participação nas atividades que pode fortalecer a autoconfiança dos filhos e favorecer a internalização das necessidades psicológicas básicas. Ainda assim, serão reconhecidos os desafios enfrentados pelas famílias, como a conciliação entre demandas profissionais, familiares e escolares, o que exige equilíbrio e apoio mútuo. A palestra também apresentará estratégias práticas para potencializar a motivação dos estudantes nas aulas de Educação Física, como a oferta de escolhas nas atividades, o uso de feedbacks personalizados, a valorização do trabalho em grupo e a construção de ambientes de escuta ativa. Por outro lado, serão apontados fatores que desmotivam os alunos, como avaliações punitivas, ausência de sentido nas tarefas propostas e falta de diálogo com os estudantes. Encerrando a exposição, o professor lançará a provocação: “Você ensina conteúdo ou inspira seus alunos?”. A Educação Física escolar, nesse sentido, deve ir além da mera transmissão técnica, constituindo-se como um espaço de acolhimento, escuta e desenvolvimento humano. O objetivo final da palestra será reforçar o papel do professor como agente motivador e

transformador, promovendo práticas pedagógicas que priorizem o bem-estar, o protagonismo juvenil e a parceria entre escola e família.

Palavras-chave: Educação Física escolar; Motivação autodeterminada; Adolescência; Necessidades psicológicas básicas; Parceria escola-família; Práticas pedagógicas motivadoras.

Mesa Redonda / Roundtable: Liderança Esportiva e o Fomento da Motivação em Equipes Competitivas

Liderança humanizada no esporte: motivação, saúde mental e desempenho em equipes competitivas

Profa. Dra. Juliane Fechio

Psicóloga do Esporte

jfechio@gmail.com

As emoções têm um impacto importante no desempenho dos indivíduos. Os estados emocionais podem influenciar a cognição, a percepção, a motivação, os comportamentos, a tomada de decisão e a atividade motora, facilitando ou interferindo diretamente na performance dos atletas, equipes e treinadores. Estudos recentes demonstram que treinadores que sabem gerenciar suas próprias emoções e, também, são competentes no que diz respeito a gestão de pessoas, proporcionam ambientes mais saudáveis, motivadores e com um impacto importante no bem-estar social e mental de atletas e equipes. O controle das emoções tem sido considerado um fator essencial no desenvolvimento do indivíduo como líder e na melhoria da comunicação/relacionamento interpessoal, tornando o ambiente mais atrativo, saudável e produtivo. Quando falamos do ambiente esportivo em que atletas e treinadores são expostos frequentemente a exaustão física e emocional e convivem diariamente com diversos estímulos de estresse, esses aspectos tornam-se ainda mais importantes. O apelo por uma liderança mais humanizada no esporte, vem crescendo nos últimos anos, uma vez que ela valoriza o aspecto humano, promove um ambiente de respeito, apoio e crescimento mútuo e líderes esportivos que praticam uma abordagem mais empática e motivadora, fortalecem a confiança e contribuem para a saúde mental dos atletas. Quando os atletas se sentem apoiados e compreendidos, eles tendem a desempenhar melhor, demonstrando maior comprometimento e coesão. Assim, a combinação de motivação elevada, saúde mental preservada e um ambiente de apoio resulta em melhores resultados esportivos. A palestra discutirá a importância da construção de lideranças positivas e motivadoras, com exemplos

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento Humano e do Desempenho

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

práticos e reflexões sobre o impacto dessas atitudes no desempenho e bem-estar dos atletas, assim como a importância do controle emocional dentro desse contexto. Vamos abordar, também, a necessidade de nos afastarmos cada vez mais dos modelos de liderança tradicionais que foram estabelecidos no esporte ao longo do tempo e vem tendo um impacto negativo importante na motivação e saúde mental de atletas e equipes. Esta palestra propõe um diálogo baseado em evidências científicas recentes da psicologia do esporte e das neurociências afetivas, discutindo a liderança esportiva sob a ótica das competências emocionais e da motivação autodeterminada. Ao integrar os campos da regulação emocional, da saúde mental e da performance esportiva, oferece um olhar inovador sobre como ambientes motivacionais positivos podem ser sistematicamente desenvolvidos por líderes. A abordagem proposta situa-se na fronteira do conhecimento ao destacar intervenções voltadas à promoção de vínculos, resiliência e bem-estar em contextos de alta performance, contribuindo para a construção de práticas esportivas mais humanas, eficazes e sustentáveis.

Palavras-chave: Liderança esportiva; Regulação emocional; Motivação autodeterminada; Saúde mental; Psicologia do esporte; Desempenho atlético.

Liderazgo deportivo en Árbitros y Árbitras de Fútbol y el fomento de la motivación en equipos competitivos.

Psicólogo Jesús Maria Chalela Suarez
Asociación Uruguaya de Fútbol, Uruguai
jesuscha@vera.com.uy

En el marco del deporte contemporáneo, el árbitro ocupa un rol esencial y a menudo invisibilizado, enfrentando presiones constantes por parte de jugadores, entrenadores, dirigentes y espectadores. En este escenario complejo, el liderazgo arbitral se presenta como una competencia clave no solo para la correcta aplicación del reglamento, sino también para la gestión emocional, la toma de decisiones bajo presión y la construcción de ambientes de juego más justos, controlados y respetuosos. Esta presentación se centrará en el liderazgo arbitral desde una perspectiva de la psicología del deporte, abordando sus múltiples dimensiones: la comunicación efectiva, la regulación emocional, la motivación intrínseca, la cohesión del equipo arbitral y la planificación estratégica colectiva. Se discutirá cómo el liderazgo no se reduce a una posición de autoridad formal, sino que implica una capacidad relacional y comportamental para influir positivamente en otros, incluso cuando las decisiones adoptadas son contrarias a sus intereses. El liderazgo arbitral permite reducir la conflictividad durante el juego, aumentar la aceptación de

decisiones, minimizar la reactividad emocional y optimizar el ritmo del partido. Cuando el árbitro es percibido como confiable, seguro y justo, su figura se legitima incluso en contextos de alta tensión. La presentación también explorará cómo la motivación del árbitro — entendida como un impulso orientado a la satisfacción de necesidades — está estrechamente relacionada con su capacidad de liderazgo. Identificar qué factores motivacionales impulsan a cada integrante del equipo arbitral permite diseñar intervenciones más eficaces para su preparación mental y emocional. En ese sentido, se enfatiza la importancia del trabajo en equipo en la terna o cuarteta arbitral, promoviendo espacios de diálogo, planificación anticipada, intercambio de conocimientos y construcción conjunta de respuestas ante eventos críticos del partido. Finalmente, se destacarán hallazgos científicos recientes sobre el impacto del liderazgo arbitral en el rendimiento y en el clima emocional del juego, así como se señalarán vacíos en la literatura que aún requieren mayor exploración empírica. Esta reflexión pretende contribuir con árbitros, formadores, psicólogos del deporte y gestores deportivos, promoviendo una visión más humanizada, eficaz y científica del arbitraje en el deporte moderno.

Palabras clave: liderazgo arbitral; motivación deportiva; equipo arbitral; toma de decisiones; regulación emocional; psicología del deporte.

Liderança Esportiva e o Fomento da Motivação em Equipes Competitivas

Profa. Dra. Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas

paula@fef.unicamp.br

A liderança esportiva tem importante papel no desenvolvimento e na sustentação da motivação de atletas em contextos competitivos. Esta palestra tem como objetivo discutir, à luz da Psicologia do Esporte, como diferentes estilos de liderança impactam a coesão, a comunicação, a relação treinador-atleta e, consequentemente, o desempenho de equipes esportivas. Serão abordados conceitos centrais da Teoria da Autodeterminação, destacando a importância de ambientes que favoreçam a satisfação das necessidades psicológicas básicas - autonomia, competência e pertencimento - como base para a motivação autodeterminada. Além disso, serão apresentados dados da literatura e exemplos de intervenções aplicadas com treinadores e atletas de alto rendimento, evidenciando estratégias práticas que promovem um estilo de liderança mais eficaz, baseado na escuta ativa, no feedback construtivo e na regulação emocional. Também será discutido o papel da liderança no contexto esportivo, considerando sua influência positiva sobre a confiança mútua, a

inspiração coletiva e a resiliência diante de adversidades competitivas. Ao integrar conhecimentos teóricos e práticos, penso em contribuir com treinadores, preparadores físicos, psicólogos e demais profissionais da área, ampliando a compreensão sobre o papel da liderança como fator motivacional e potencializador do desenvolvimento humano no esporte. A construção do ambiente motivacional adequado potencializa a saúde mental, a autonomia e o bem-estar dos envolvidos, lembrando sempre que liderar não é somente gerir treinos e resultados, mas promover vínculos, valores e significado.

Palavras-chave: Liderança esportiva; Motivação autodeterminada; Psicologia do esporte; Relação treinador-atleta; Necessidades psicológicas básicas; Desenvolvimento humano no esporte.

Minicurso / Workshop: Promoting Action: Behavioral Strategies to Increase Physical Activity Adherence

Ryan E. Rhodes, PhD

School of Exercise Science, Physical and Health Education, University of
Victoria, Canada

rhodes@uvic.ca

There is irrefutable evidence that engaging in a physically active lifestyle can help to mitigate numerous chronic diseases such as those that relate to the cardiovascular system, several forms of cancer, and osteoporosis. In addition, there are numerous psychological benefits such as overall improvement in well-being, a reduction in depression and anxiety, and an increase in cognitive functioning. Although these benefits of physical activity have been examined across all ages, most people are not reaching the recommended physical activity guidelines for such optimal health gains. In this mini-course, I will overview practical strategies for promoting physical activity that follow a theoretical model used in our lab called multi-process action control. These will be discussed in terms of lessons learned from our experimental research and community trials and the contemporary research evidence from various population groups (children and families, adults, older adults, people with chronic health conditions) in physical activity promotion. The theoretical approach taken in my lab has three main components and the course will include interactive activities and examples from multiple m-health interventions. These involve building motivation, regulation of that motivation, and finally the development of reflexes to sustain physical activity even in the face of barriers and set-backs. First, I focus on creating high quality physical activity motivation to strengthen and bolster positive

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento e da Saúde Humana

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

intentions. This involves ways to create enjoyable physical activity experiences, building confidence in performing physical activity, and developing physical and social opportunities for regular activity during the busy backdrop of every-day life. Second, the model focuses on how people can develop the self-regulation skills to turn good motivation into regular physical activity and stay on track. This involves monitoring progression of physical activity, developing exemplary planning skills, and learning to use emotion regulation tactics to stick to valued physical activity goals during days where positive affect has been disrupted. Finally, the mini-course includes tips for the development of physical activity habits and the formation of an active role identity. These techniques include how to form a habit by understanding daily patterns and routines, as well as understanding and eliciting values and priorities to decide where physical activity fits within all our life goals. I will end the mini-course with a proposed template, tip sheet, and m-health examples to aid practitioners on how to support physical activity motivation, regulation and reflexes.

Keywords: Physical Activity Promotion; Multi-Process Action Control; Motivation Regulation; Habit Formation; Emotion Regulation; m-Health Interventions.

Conferência de Encerramento / Closing Keynote: Prontidão para a motivação e desenvolvimento humano: Princípios para uma vida ativa e saudável

Rui Gomes

Universidade do Minho. Escola de Psicologia. Braga, Portugal.

rgomes@psi.uminho.pt

A motivação é uma das principais áreas de estudo na psicologia, visando compreender as razões pelas quais funcionamos de um determinado modo, nos mais variados contextos de vida. Um destes contextos é o exercício físico, onde se tenta perceber até que ponto a motivação pode contribuir para que as pessoas assumam estilos de vida ativos e saudáveis, procurando assim preservar a sua saúde e bem-estar psicológico e físico, evitando as “doenças dos estilos de vida inativos” (ex: problemas cardiovasculares, obesidade, hipertensão arterial, entre outras). De facto, os estudos mostram que um dos principais fatores contributivos para os estilos de vida inativos é precisamente a falta da motivação, sendo muito frequente ouvir as pessoas inativas dizerem que “o exercício não é para mim”, “não tenho jeito para o exercício físico” ou “não tenho tempo para fazer exercício físico”. Neste sentido, urge compreender e intervir sobre os processos motivacionais associados ao exercício físico. Nesta apresentação, será abordado o conceito de “Prontidão para a Motivação” como elemento potencialmente promotor da adoção de estilos de vida saudáveis e fator

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia da Motivação e do Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

promotor do desenvolvimento humano. O conceito de “prontidão para a motivação” tem sido trabalhado no nosso projeto Escola Competências de Vida, sendo aplicado a pessoas que pretendem estimular a sua motivação numa dada área de vida. Assim sendo, nesta apresentação, discutiremos o conceito de prontidão para a motivação, os elementos caracterizadores da prontidão para a motivação, os passos e estratégias a seguir para a estimulação da prontidão para a motivação e as implicações do conceito no contexto da prática de exercício físico e do desenvolvimento humano. Em síntese, o conceito de motivação é muito estudado nas ciências sociais e humanas e existem muitas propostas para intervir sobre os processos motivacionais para que os seres humanos possam construir projetos de vida satisfatórios e realizadores. Um desses elementos motivacionais é a prontidão para a motivação, sendo este o objeto central desta apresentação.

Palavras-chave: Motivação para a realização; Prontidão para a motivação; Exercício Físico; Estilos de Vida.

RESUMOS DOS GRUPOS DE PESQUISA / RESEARCH GROUP ABSTRACTS**Articulação Nacional e Internacional na Psicologia do Esporte: Avanços e Perspectivas de Cooperação Científica**

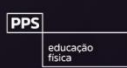
Prof. Dr. André Aroni

Universidade São Francisco / Associação Brasileira de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício

aroniandre@gmail.com

O Encontro com Líderes de Grupos de Pesquisa de Psicologia do Exercício e Esporte, previsto na programação científica do IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento Humano Aplicados à Atividade Física, tem como propósito fomentar o diálogo entre pesquisadores e lideranças acadêmicas da área, com foco na construção de estratégias colaborativas para o fortalecimento da Psicologia do Esporte e do Exercício no Brasil. A atividade se apresenta como espaço qualificado para discutir o cenário atual da área no país, abordando temas como a consolidação de redes de pesquisa, a integração entre programas de pós-graduação, a formação de novos pesquisadores e a atuação das associações científicas nacionais e internacionais. Serão debatidos, por exemplo, os esforços empreendidos por entidades como a Associação Brasileira de Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício (ABEPEEx) no sentido de articular grupos de pesquisa, fomentar a produção científica e contribuir com o reconhecimento institucional da Psicologia do Esporte e do Exercício como campo interdisciplinar e socialmente relevante. Além disso, será explorado o papel dos eventos científicos e da cooperação internacional na valorização da produção brasileira e no intercâmbio de práticas e metodologias. Experiências de parceria com organizações como a Associação Brasileira de Psicologia do Esporte (ABRAPESP) e a Sociedade Internacional de Psicologia do Esporte (ISSP) serão citadas como exemplos de articulação para o fortalecimento global da área. A reflexão coletiva promovida no encontro busca estimular uma escuta ativa entre os participantes, com vistas ao planejamento de ações integradas que considerem os desafios contemporâneos da ciência, como inclusão, diversidade, saúde mental, bem-estar e responsabilidade social. A proposta também prevê identificar oportunidades para ampliação do diálogo entre universidades, centros de pesquisa, conselhos profissionais e entidades esportivas. Com essa proposta, o encontro pretende contribuir de forma efetiva para o avanço do campo da Psicologia do Esporte e do Exercício no Brasil, fortalecendo suas bases científicas e ampliando sua inserção institucional e social.

REALIZAÇÃO

**sãojudas**
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu**PPS**
educação
física**Lpmdh**
Associação Brasileira de Estudos em
Psicologia do Esporte e do Exercício**ABEPEEx**
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

**CAPES****GOVERNO FEDERAL
BRASIL**
UNIR e RECONSTRUIR**FAPESP**
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO**Atleta
Campeão**

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Redes de Pesquisa; Cooperação Científica; Internacionalização; Formação de Pesquisadores; Produção Científica.

**Perspectivas Internacionais e Colaboração Nacional em Psicologia do Esporte:
Caminhos para o Fortalecimento Científico**

Prof. Dr. Franco Noce

Universidade Federal de Minas Gerais

fnoce@hotmail.com

A consolidação da Psicologia do Esporte como campo científico e aplicado demanda o fortalecimento de redes colaborativas, tanto em âmbito nacional quanto internacional. Esta apresentação propõe uma reflexão crítica e propositiva sobre os caminhos para a ampliação da produção científica, da formação especializada e da inserção estratégica da Psicologia do Esporte nos diferentes contextos esportivos, educacionais e de saúde. Serão discutidas experiências acumuladas ao longo de duas décadas de atuação no Brasil, bem como o papel das colaborações internacionais para a qualificação da pesquisa e a difusão de boas práticas. O foco será a articulação entre universidades, centros de excelência em esporte, entidades científicas e organismos de fomento, destacando-se a importância de políticas públicas e institucionais que valorizem a atuação do psicólogo do esporte de forma interdisciplinar e ética. Também serão abordados desafios atuais como a necessidade de maior intercâmbio entre programas de pós-graduação, o reconhecimento da Psicologia do Esporte nos currículos da formação inicial em Educação Física e Psicologia, e a urgência em responder às demandas contemporâneas dos atletas, treinadores e equipes técnicas no que se refere à saúde mental, motivação, regulação emocional e desempenho sustentável. A apresentação destaca ainda os aprendizados provenientes da atuação em redes internacionais, evidenciando como parcerias transnacionais têm potencializado a inovação metodológica, a diversidade epistemológica e a disseminação de conhecimento contextualizado. A partir de uma abordagem integrada, o objetivo é apontar direções para a construção de uma agenda nacional sólida e articulada com os principais debates internacionais, contribuindo para o avanço da Psicologia do Esporte como campo científico estratégico para o desenvolvimento humano. Ao final, serão apresentados desdobramentos e perspectivas futuras, com destaque para propostas de cooperação acadêmica e científica que posicionem o Brasil de forma mais proativa e influente na arena global da Psicologia do Esporte.

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento Humano e do Desempenho

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Cooperação Internacional; Redes de Pesquisa; Desenvolvimento Científico; Formação Profissional; Saúde Mental no Esporte.

Laboratório de Psicologia do Esporte (LAPES/UFGM): 34 anos de produção científica, formação de recursos humanos e inserção nacional e internacional

Franco Noce¹, Varley Teoldo da Costa¹

¹Universidade Federal de Minas Gerais (UFGM), Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Programa de Pós-Graduação em Ciências do Esporte, Belo Horizonte, MG, Brasil.

fnoce@hotmail.com; vtcosta@hotmail.com

O Laboratório de Psicologia do Esporte (LAPES) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFGM) foi fundado em 7 de dezembro de 1991 e consolidou-se, ao longo de mais de três décadas, como um dos principais polos de pesquisa, formação e intervenção em Psicologia do Esporte no Brasil. Inserido no Programa de Pós-Graduação em Ciências do Esporte (PPGCE/UFGM), o LAPES desenvolve investigações contínuas desde sua criação, atravessando quatro décadas de produção científica e contribuindo de forma decisiva para a institucionalização da Psicologia do Esporte no país. O objetivo da fala apresentada no Encontro de Líderes de Grupos de Pesquisa foi sistematizar a trajetória histórica do LAPES, suas bases estruturais, linhas de investigação, produção científica, formação de recursos humanos e estratégias de inserção acadêmica, profissional e internacional. Do ponto de vista metodológico, o laboratório adota abordagens quantitativas, qualitativas e mistas, envolvendo pesquisas empíricas, validação de instrumentos psicométricos, estudos longitudinais, projetos de intervenção e análises aplicadas ao esporte de rendimento, à atividade física e à saúde. As linhas de pesquisa articulam-se principalmente aos eixos de aspectos psicobiológicos do desempenho humano e análise de métodos para o desempenho, abrangendo temas como processos psicológicos no exercício e no esporte, estados de humor, motivação, resiliência, burnout, estresse e recuperação, relação treinador-atleta, expert performance, indicadores de performance no futebol, lesões esportivas e interações entre genética e desempenho. Os resultados acumulados evidenciam expressiva produtividade científica, com mais de 300 artigos publicados, dezenas de livros e capítulos, além da formação de centenas de egressos em níveis de iniciação científica, graduação, especialização, mestrado, doutorado e pós-doutorado, muitos dos quais hoje ocupam posições de destaque no meio acadêmico e profissional, no Brasil e no exterior. Destaca-se ainda a inserção do LAPES em sociedades científicas nacionais e internacionais, bem como o uso de tecnologias avançadas de avaliação psicológica, como sistemas computadorizados e eye-tracking.

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS

educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento Humano e do Desempenho

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

Conclui-se que o LAPES/UFMG representa um modelo consolidado de integração entre ciência e prática, com forte impacto acadêmico, social e institucional, projetando-se para o futuro como um laboratório moderno, tecnologicamente avançado e estrategicamente posicionado para o avanço da Psicologia do Esporte e da Neurociência Esportiva no contexto brasileiro e internacional.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Grupos de Pesquisa; Desempenho Humano; Formação de Recursos Humanos; Ciência Aplicada.

Núcleo de Estudos e Pesquisa em Fenomenologia, Esporte e Educação: construção de saberes

Profa. Dra. Erika Hofling Epiphanyo
Universidade Federal do Vale do São Francisco
erika.epiphanyo@univasf.edu.br

O NEPFEE (Núcleo de Estudos e Pesquisas em Fenomenologia, Esporte e Educação), foi criado em 2015, quando sua coordenadora acabava de chegar em Petrolina (PE), para ser docente do curso de psicologia da Universidade Federal do Vale do São Francisco. Este início foi estimulado por um grupo de estudantes interessados em aprofundamentos na perspectiva fenomenológica de conhecimento sobre o humano, e curiosos sobre a Psicologia do Esporte, uma área pouco explorada no curso de psicologia. O NEPFEE se mantém, desde sua fundação, como um núcleo que articula ensino, pesquisa e extensão no contexto universitário. Ao longo dos dez anos de história, o NEPFEE foi expandindo suas linhas de pesquisa, decorrentes das demandas surgidas em campos de atuação em projetos de extensão, de pesquisa e cenários de práticas de estágios profissionalizantes. Atualmente contamos com 7 linhas de pesquisa, sendo 4 delas relacionadas a Psicologia do Esporte: o corpo na visão da Fenomenologia; Fenomenologia e Práticas Corporais; Paradesporto e aspectos psicológicos e Práticas corporais e saúde mental. Cabe citar, que a região do Vale do São Francisco tem se destacado no esporte paralímpico nacional e ações do NEPFEE têm oferecido contribuições importantes para este crescimento, pelas pesquisas desenvolvidas, por projetos de extensão com ações diretas com esses grupos esportivos, além de contribuir para que estudantes fizessem estágios na área da Psicologia do esporte, dando suporte teórico-prático e fomentando a área da Psicologia do Esporte aplicada nesta região. Atualmente o NEPFEE conta com a colaboração de 7 pesquisadores externos e 7 estudantes e estamos com 2 projetos de extensão ativos: um voltado para a prática corporal e saúde mental e outro no

paradesporto universitário, além de 2 pesquisas envolvendo os mesmos temas. O NEPFEE em 2025 comemorou seus 10 anos, com um projeto chamado “Com-versas do NEPFEE”, que realizou 10 eventos, sendo 9 deles disponíveis no canal do Youtube do NEPFEE. Além desta forma de compartilhar nossos conhecimentos e ações, o grupo mantém um blog em que matérias são produzidas nas áreas de atuação. O trabalho desenvolvido pelo grupo têm contribuído para a formação de dezenas de estudantes de psicologia para atuarem como psicólogos do esporte, além de desenvolver conhecimentos sobre uma Psicologia do Esporte regionalizada, ações de grande impacto em uma região promissora como a do Vale do São Francisco.

Palavras-chave: Psicologia do esporte; Fenomenologia, Pesquisa fenomenológica

Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN)

João Henrique Bizon Gomes; Paula Teixeira Fernandes

Faculdade de Educação Física - FEF-UNICAMP

paula@fef.unicamp.br / jhenriquebizongomes@gmail.com

O Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN) foi instituído em 2013 e possui certificação de uma universidade pública localizada em Campinas, em colaboração com o Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). O grupo dedica-se à produção e à articulação de conhecimentos no campo da Psicologia do Esporte e das Neurociências, adotando como princípio norteador a compreensão do ser humano a partir da inter-relação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais, especialmente no que se refere à saúde, ao exercício físico e ao desempenho esportivo. Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo delinear a atuação do GEPEN, evidenciando suas frentes de pesquisa, produções científicas e contribuições para a promoção da saúde e para o desenvolvimento físico e psicológico, bem como para a formação interdisciplinar de profissionais. Para isso, apresenta-se um estudo descritivo que reúne as ações, projetos e investigações desenvolvidas pelo GEPEN ao longo de sua trajetória, fundamentado na análise de produções acadêmicas, registros de extensão universitária e documentos institucionais, contemplando atividades de pesquisa, publicações científicas, eventos acadêmicos e ações junto à comunidade. Os resultados indicam que as atividades do grupo estão organizadas em cinco eixos temáticos: (1) saúde mental no esporte e no exercício físico, com foco em estratégias de prevenção, acompanhamento e promoção do bem-estar; (2) saúde de crianças e adolescentes, considerando determinantes biopsicossociais e os efeitos da prática de atividade física sobre o desenvolvimento e a aptidão física; (3) interface entre

Psicologia do Esporte e Neurociências, voltada à investigação dos mecanismos neurais associados ao desempenho esportivo e à regulação emocional; (4) análise de variáveis psicológicas, como motivação, ansiedade e resiliência, e suas repercussões sobre o treinamento e o engajamento esportivo; e (5) estudo dos efeitos do exercício físico em populações específicas, incluindo indivíduos com condições clínicas particulares. Dessa forma, o GEPEN se afirma enquanto um núcleo interdisciplinar de produção científica que favorece a aproximação entre pesquisa e prática profissional, contribuindo para ampliar o entendimento e a complexidade sobre as relações entre exercício físico, desempenho esportivo, saúde e desenvolvimento humano.

Palavras-chave: Grupo de estudos; Psicologia do Esporte; Neurociências.

**Grupo de Estudos de Psicologia do Esporte e Desempenho Humano
(GEPEDH/UEM/CNPq)**

Lenamar Fiorese^a

Luciane Cristina Arantes^a

João Ricardo Nickenig Vissoci^{a,b}

^aPrograma de Pós-Graduação Associado em Educação Física UEM/UEL

^bDuke University School of Medicine

Criado em 2000 na Universidade Estadual de Maringá (UEM-PR), inicialmente como Pró-Esporte (Programa de Estudos para o Desenvolvimento do Esporte), atuando nas áreas de ensino, pesquisa e extensão. Tinha como objetivo dar suporte a implantação do Programa de Pós-graduação em Educação Física. Cadastrado no CNPq, é coordenado pelas Professoras Doutoras Lenamar Fiorese e Luciane Cristina Arantes. Desde sua criação, o grupo desenvolve pesquisas de caráter multidisciplinar, contemplando diferentes linhas de investigação na área da Educação Física e esporte. A partir de 2018, passou a denominar-se Grupo de Estudos de Psicologia do Esporte e Desempenho Humano (GEPEDH), direcionando suas atividades de pesquisa, principalmente para estudos relacionados a Psicologia do Esporte e do Exercício Físico, com linhas de pesquisa nas áreas de: Aspectos psicopedagógicos da Educação Física escolar; Psicometria e variáveis psicológicas no contexto do esporte. Tem como missão, formar pesquisadores com alta competência científica e moral, promovendo relações humanas saudáveis e duradouras. Atualmente, o GEPEDH está desenvolvendo pesquisas voltadas para as seguintes temáticas: habilidades psicológicas no contexto esportivo e paradesportivo, psicometria aplicada ao esporte e ao exercício físico, além de estudos sobre exercício físico em pessoas vivendo com esclerose múltipla, com ênfase em aspectos psicofisiológicos. O GEPEDH visando a

formação acadêmica, trabalha com dois grupos: Iniciantes e Avançado. O GEPEDH Iniciantes, com reuniões semanais, no formato presencial, é composto por alunos de graduação e profissionais que tem como objetivo a Pós-graduação. Buscam desenvolver seus TCCs (Trabalho de Conclusão de Curso), fazer PIBIC e PIC (Projetos de Iniciação Científica). Contando atualmente com aproximadamente 20 membros. O GEPEDH Avançado, com reuniões quinzenais, no formato híbrido, reúne pós-graduandos em nível de mestrado, doutorado e pós-doutorado. Nos encontros são discutidas temáticas de cada projeto de estudo, publicações da área, avanços na metodologia científica e análise de dados. Totalizando 10 integrantes. O grupo até o momento formou 50 (mestres); 20 (doutores) e 3 (Pós-doutores). Atualmente, o GEPEDH é referência nacional na validação de instrumentos na área da Psicologia do Esporte e do Exercício Físico, tendo 26 instrumentos validados e publicados para o contexto do esporte e da Educação Física. Além disso, mantém parcerias nacionais e internacionais com várias instituições de ensino e pesquisa. Esse intercâmbio científico, fortalece redes colaborativas de pesquisa com os alunos de Pós-graduação, os quais buscam fazer estágios no exterior com bolsas de doutorado sanduiche. Essa busca do conhecimento contribui para o avanço científico do GEPEDH e para a consolidação do grupo no cenário acadêmico nacional e internacional.

Palavras-chave: Psicologia; Esporte; Desempenho.

**Laboratório de Pesquisas da Motivação e Desenvolvimento Humano
(LPMDH/USJT): trajetória, produção científica e contribuições para o estudo da
motivação no esporte e no exercício físico**

Marcelo Callegari Zanetti¹

¹Universidade São Judas Tadeu – Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em
Educação Física

prof.marcelozanetti@ulife.com.br

O Laboratório de Pesquisas da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDH) foi criado em 2021 na Universidade São Judas Tadeu (USJT) com o propósito de desenvolver investigações científicas voltadas à compreensão dos processos motivacionais associados à prática de atividade física, ao exercício físico e ao esporte. A criação do laboratório consolida uma agenda de pesquisa iniciada em 2015, dedicada ao estudo da motivação em diferentes contextos do movimento humano e à articulação entre produção científica, formação de recursos humanos e aplicação do conhecimento no campo da Educação Física e da Psicologia do Esporte e do Exercício. O objetivo deste trabalho é apresentar a trajetória, as linhas de investigação e as

contribuições científicas do LPMDH no estudo da motivação aplicada ao esporte e à atividade física. As pesquisas desenvolvidas pelo grupo buscam compreender os fatores psicológicos que influenciam o engajamento, a permanência e o desenvolvimento de indivíduos em práticas corporais, bem como suas repercussões sobre a aprendizagem, o desempenho esportivo, a saúde mental e o bem-estar. Do ponto de vista teórico, os estudos conduzidos pelo laboratório têm sido orientados principalmente por abordagens contemporâneas da psicologia motivacional, com destaque para a Teoria da Autodeterminação, articulada a outras perspectivas explicativas do comportamento humano, como a Teoria Social Cognitiva, a Teoria do Comportamento Planejado, modelos de autorregulação e autocontrole e as teorias de processo dual aplicadas à compreensão do comportamento de exercício. Metodologicamente, o grupo desenvolve pesquisas quantitativas, qualitativas e mistas, envolvendo investigações empíricas, estudos teóricos e análises aplicadas a diferentes populações e contextos. As linhas de investigação contemplam temas como motivação na educação física escolar, adesão e manutenção da prática de exercícios físicos, processos motivacionais na formação esportiva, comparação social e imagem corporal no contexto do exercício físico, saúde mental associada à prática corporal e aspectos motivacionais relacionados à formação e à carreira de profissionais de Educação Física. O laboratório também tem se dedicado à formação de estudantes de iniciação científica, mestrado e doutorado, contribuindo para a consolidação de novos pesquisadores na área da Psicologia do Esporte e do Exercício. Além da produção científica, o grupo tem buscado fortalecer redes de colaboração nacionais e internacionais e promover espaços de diálogo acadêmico, como o Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento Humano Aplicados à Atividade Física (SIMDH), que em 2026 chega à sua quarta edição e se consolida como um espaço de intercâmbio científico e institucional entre pesquisadores dedicados ao estudo da motivação no contexto do movimento humano.

Palavras-chave: Motivação; Psicologia do Esporte; Exercício Físico; Desenvolvimento Humano; Grupos de Pesquisa.

Grupo de Investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício

Danilo Reis Coimbra

Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF)

O Grupo de Investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício, certificado no Diretório de Grupos de Pesquisa do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) desde 2021, está vinculado à Universidade Federal de Juiz de

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento Humano e do Desenvolvimento

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta
Campeão

Fora (UFJF), atuando no Campus Avançado de Governador Valadares (MG) e no Campus Juiz de Fora (MG). Inserido na grande área das Ciências da Saúde, com predominância em Educação Física, o grupo tem como missão produzir conhecimento científico de excelência sobre os processos psicológicos relacionados ao esporte e ao exercício físico, contribuindo para o avanço da ciência e para a qualificação de práticas profissionais baseadas em evidências. Liderado pelo Prof. Dr. Danilo Reis Coimbra, o grupo desenvolve a linha de pesquisa “Estudos em Psicologia do Esporte e do Exercício Físico”, investigando fenômenos como ansiedade competitiva, motivação, autorregulação, desempenho esportivo, saúde mental, adesão ao exercício e intervenções psicológicas aplicadas a diferentes populações. A proposta central é integrar pesquisa teórica e aplicada, articulando avaliação, intervenção e disseminação científica com impacto acadêmico e social. O grupo é composto atualmente por dois pesquisadores doutores e por um corpo expressivo de estudantes em diferentes níveis de formação: doutorado, mestrado e graduação. Essa composição evidencia o compromisso com a formação de recursos humanos altamente qualificados, promovendo iniciação científica, dissertações e teses alinhadas às demandas contemporâneas da Psicologia do Esporte e do Exercício. Os indicadores de recursos humanos demonstram uma estrutura sólida, com participação ativa de doutorandos, mestrandos e graduandos, o que fortalece a verticalização da formação acadêmica. As atividades do grupo incluem produção científica em periódicos especializados, participação em eventos nacionais e internacionais, desenvolvimento de projetos de pesquisa e de interface com a extensão, além do estabelecimento de redes colaborativas. A atuação está alinhada às diretrizes de rigor metodológico, ética em pesquisa e internacionalização, buscando ampliar a visibilidade científica e a transferência do conhecimento para contextos esportivos, clínicos e educacionais. Atualmente, com sede na cidade de Juiz de Fora (MG), o grupo consolida-se como referência regional na investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício, contribuindo para o desenvolvimento científico da área e para a formação de pesquisadores e profissionais capazes de atuar de maneira crítica, ética e baseada em evidências.

Laboratório do Núcleo de Pesquisa em Educação Física e Esportes (NUPEFE/FEUC)

Luís Antônio de Souza Júnior^{a;b}; Mateus Henrique da Costa Corsi Mo^a; Luciana do Carmo Furlan^a; Thaís Helena Aparecida Oliveira^a

^aFaculdade Euclides da Cunha (FEUC-FFCL), São José do Rio Pardo, SP, Brasil;

^bUniversidade Paulista (UNIP), São José do Rio Pardo, SP, Brasil

luis.prof@feucriopardo.edu.br

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento, da Dança e da Saúde

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNILAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

O Núcleo de Pesquisa em Educação Física e Esportes (NUPEFE/FEUC) foi criado em 2019 a partir de uma iniciativa do Núcleo Docente Estruturante (NDE) do Curso de Educação Física da Faculdade Euclides da Cunha (FEUC). Na ocasião, os docentes se reuniram com o objetivo de fortalecer a produção científica no âmbito do curso e fomentar a cultura da pesquisa entre os estudantes. Como resultado desse movimento, foi estruturado um Grupo de Estudos e Pesquisas (GEP), responsável pela organização das atividades acadêmicas e científicas vinculadas ao núcleo, consolidando assim o laboratório do NUPEFE/FEUC. Com a finalidade promover o desenvolvimento de projetos de pesquisa nas áreas de concentração do curso de Educação Física, contribuindo para o avanço do conhecimento científico e para o fortalecimento da formação acadêmica dos estudantes. O núcleo busca estimular a participação ativa dos discentes em atividades investigativas, incentivando a leitura crítica da literatura científica, a discussão de temas relevantes da área e a elaboração de projetos que dialoguem com as demandas contemporâneas da Educação Física. Nesse sentido, o grupo tem como área de pesquisa “Treinamento Esportivo e Qualidade de Vida”, abrangendo estudos relacionados ao desenvolvimento humano, à promoção da saúde, à prática de atividades físicas e esportivas e aos impactos dessas práticas na qualidade de vida de diferentes populações. As atividades do grupo são realizadas por meio de encontros quinzenais, nos quais professores e alunos se reúnem para discutir artigos científicos, apresentar projetos em desenvolvimento, compartilhar experiências acadêmicas e planejar novas investigações. Ao longo de sua trajetória, o NUPEFE/FEUC tem se consolidado como um importante espaço de integração entre ensino, pesquisa e extensão, permitindo que os estudantes ampliem sua formação acadêmica para além das atividades curriculares tradicionais. Essa iniciativa também contribui para o fortalecimento da identidade científica do curso de Educação Física da FEUC, estimulando a produção de trabalhos acadêmicos, a participação em eventos científicos e a disseminação do conhecimento produzido no contexto institucional. A partir de 2025, o grupo passou a ampliar suas frentes investigativas, iniciando o desenvolvimento de pesquisas voltadas à Pedagogia do Esporte e à Motivação, áreas que dialogam diretamente com a formação de profissionais capazes de compreender os processos educativos e motivacionais envolvidos na prática esportiva. Com essa ampliação temática, o NUPEFE/FEUC possui seu compromisso com a produção de conhecimento relevante para a área da Educação Física, contribuindo para a formação de profissionais críticos, reflexivos e comprometidos com o desenvolvimento científico e social.

Palavras-chave: Educação Física; Treinamento Esportivo; Qualidade de Vida; Pedagogia do Esporte; Motivação Esportiva



12 A 14 DE MARÇO DE 2026

**IV Simpósio Internacional de Motivação e Desenvolvimento
Humano Aplicados à Atividade Física**
IV International Symposium on Motivation and Human
Development Applied to Physical Activity

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Motivação, Performance e Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDOS E RECONSTRUINDO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

Processo PAEP-20253503870P, Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).
Processo 2025/15655-0, Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP).

TRABALHOS CIENTÍFICOS / SCIENTIFIC PAPERS / TRABAJOS CIENTÍFICOS

R1: Integrar saberes para potenciar la motivación y el bienestar deportivo: aportes de la I jornada de bienestar, salud y desarrollo deportivo

Lic. Erika Mastomauro ^a; Lic. Marcela Strada ^a

^a Universidad de la República, Uruguay

La creciente complejidad de las demandas físicas, emocionales y sociocognitivas del deporte contemporáneo evidencia la necesidad de modelos de intervención integrados que favorezcan el bienestar, la motivación y el desarrollo humano de manera sostenible. En este contexto, la psicología deportiva se posiciona como un eje articulador capaz de dialogar con múltiples disciplinas vinculadas a la salud, la formación y el rendimiento, promoviendo abordajes preventivos, éticos y centrados en la persona. El presente trabajo tiene como objetivo presentar y analizar la experiencia de la Primera Jornada Interdisciplinaria sobre Bienestar, Salud y Desarrollo Deportivo, concebida como un espacio de intercambio y construcción colectiva entre profesionales de distintas áreas, deportistas, entrenadores y referentes institucionales, y examinar de qué modo la articulación interdisciplinaria contribuye a fortalecer procesos de acompañamiento más humanos y eficaces. La jornada incluyó cinco paneles temáticos y dos charlas centrales que abordaron dimensiones psicológicas, físicas, sociales y formativas del deporte, cuyos discursos y documentos producidos fueron analizados mediante un enfoque cualitativo descriptivo-interpretativo basado en análisis temático reflexivo. El procedimiento comprendió la lectura de los registros, la identificación de núcleos de sentido vinculados a bienestar, motivación y desarrollo integral, su organización progresiva en categorías temáticas y la posterior construcción de ejes transversales integradores. Los criterios de interpretación contemplaron la recurrencia y profundidad de los tópicos, la convergencia entre disciplinas y experiencias, la relevancia para el desarrollo integral del deportista, la aplicabilidad práctica de los aportes y la centralidad de la experiencia vivida. Los resultados evidenciaron como ejes centrales la concepción del deportista como sujeto integral en interacción permanente entre cuerpo, mente, emociones y contexto; la importancia de estrategias preventivas asociadas a nutrición, descanso, recuperación y salud mental; el valor de herramientas psicológicas orientadas a la regulación emocional, la concentración, la autoconfianza y la resiliencia ante errores, frustraciones y transiciones; la necesidad de articular el deporte con el proyecto de vida para prevenir el abandono y sostener trayectorias saludables; y el rol de entrenadores, familias y referentes en la construcción de entornos seguros, inclusivos y respetuosos. Se concluye que la articulación de saberes constituye una vía sólida

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento Humano e da Saúde

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

para promover bienestar, motivación sostenida y desarrollo humano integral en el ámbito deportivo contemporáneo.

Palabras claves: Interdisciplinariedad; Bienestar; Motivación; Desarrollo humano.

Contato: info@psicodeport.uy

R2: Experiência tandem como cuidado a usuários de serviço de saúde mental

Erika Hofling Epiphanyo ^a; Demétrius França ^b; Vinicius de Oliveira Cardoso Gomes ^a

^a Universidade Federal do Vale do São Francisco

^b Instituto Federal-Distrito Federal

Este trabalho se baseia na Psicologia do Esporte aplicada à saúde mental, utilizando-se práticas corporais conjuntamente com o acompanhamento terapêutico (AT), uma ação psicológica que se caracteriza por ser itinerante e oferece escuta especializada em espaços sociais. O ciclismo *Tandem* é uma modalidade paralímpica que possibilita que atletas com deficiência visual pratiquem o ciclismo em parceria com um piloto vidente. Estudos sobre essa modalidade evidência que se trata de uma experiência relacional singular, pois para que a bicicleta se desloque, há a necessidade de uma sincronia entre piloto e atleta, que devem pedalar em sintonia, em uma experiência única e empática. O objetivo deste trabalho é apresentar a experiência de um projeto de extensão universitário que oferece a prática da *tandem* como cuidado à pacientes de serviços de saúde mental na região do sertão Pernambucano. O projeto tem como equipe de trabalho dois psicólogos docentes e 6 estudantes de psicologia. Foi feita divulgação por redes sociais e abriu-se inscrições para os participantes, que tinham como perfil, ter mais de 18 anos, saber andar de bicicleta, ser usuário de serviços de saúde mental e se declarar apto à prática esportiva leve. Todos passaram por uma entrevista, as ações do projeto foram explicadas e estabeleceu-se o piloto de cada participante. Os estudantes passaram por formações para atuarem como AT e pilotos de *Tandem*. O projeto selecionou 5 participantes (com-pilotos). Para este trabalho, iremos discutir a experiência no acompanhamento de dois com-pilotos que estavam em acompanhamento psiquiátrico, fazendo uso de medicações psicotrópicas, sendo que ambos, traziam a fobia social como um de seus sintomas. As práticas aconteceram no Parque Municipal da cidade, desde setembro de 2025, 2 vezes por semana. Os pilotos/AT semanalmente tinham supervisão com os psicólogos do projeto e relatavam a experiência focando nos assuntos tratados durante a prática; corporeidade e a versão de sentido do piloto e do com-piloto. Como resultados preliminares podemos indicar que os com-pilotos, foram assíduos nas práticas e

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento e da Saúde

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

revelaram se sentir motivados aos encontros, pelas trocas com os AT-tandem, pela experiência esportiva e pelo contato com a natureza. Para concluir podemos indicar que a conexão se revela na sincronia da pedalada, se mostrando como importante ao vínculo de cuidado, ampliando a experiência corpórea de todos envolvidos; as práticas corporais se mostram como importante aliado ao cuidado integral dos pacientes e ainda o projeto se mostrou como favorecedor da formação dos estudantes.

Palavras-chave: Cuidado; Saúde mental, Ciclismo.

Contato: erika.epiphanio@univasf.edu.br

R3: Aspectos motivacionais e diferenças de sexo no vôlei de areia recreativo competitivo

Ana Luisa dos Santos Garcia ^a; Raphaela Espanha Correa ^a
^a Centro Universitário da Fundação Hermínio Ometto – FHO

A motivação é um conceito muito utilizado em contexto esportivo, sendo um fator central para compreender o grau de autodeterminação envolvida no comportamento e a aderência à prática da atividade física. O objetivo desse trabalho foi analisar possíveis diferenças entre sexos nas regulações motivacionais em atletas recreativos competitivos de vôlei de areia. Trata-se de um estudo observacional transversal com amostra não probabilística por conveniência, aprovado pelo Comitê de Ética, sob o parecer nº 91082325.6.0000.5385. Foram incluídos atletas recreativos competitivos - jogadores que praticam o vôlei com intuito recreacional, mas que participam de competições - com idade igual ou superior a 18 anos e de ambos os sexos. Ademais, foram excluídos aqueles que não concordaram com o termo de consentimento livre e esclarecido e atletas profissionais. Avaliou a motivação através do teste *Sport Motivation Scale II (SMS-II)*, instrumento utilizado para avaliar as regulações motivacionais de uma prática esportiva com 18 questões distribuídos em seis subescalas de regulações - intrínseca, integrada, identificada, introjetada, externa e desmotivação -, cada item é respondido em uma escala tipo Likert de sete pontos. Para análise dos dados utilizou-se estatística descritiva e o teste U de Mann Whitney para amostras não paramétricas, comparando escores motivacionais entre os sexos. Foi adotado nível de significância de $p \leq 0,05$. Totalizaram 100 atletas, sendo 51 mulheres e 49 homens, com idade média de $34 \pm 10,4$ anos, de $35,4 \pm 11,3$ anos para mulheres e $32,4 \pm 9,25$ anos para homens. As médias dos escores das motivações encontradas para as mulheres foram regulação intrínseca com $5,67 \pm 1,11$, regulação integrada com $5,28 \pm 1,46$, identificada com $5,37 \pm 1,39$, introjetada com $4,78 \pm 1,14$,

externa $1,86 \pm 1,38$ e desmotivação $1,69 \pm 1,13$, já para os homens foi regulação intrínseca com $5,29 \pm 1,35$, regulação integrada com $4,94 \pm 1,44$, identificada $4,93 \pm 1,54$, introjetada $4,22 \pm 1,26$, externa $1,82 \pm 0,972$ e desmotivação $1,69 \pm 1,23$. Não foram encontradas diferenças significativas entre homens e mulheres nas regulações motivacionais avaliadas, nesse sentido, apresentando regulações motivacionais similares. Concluiu-se que atletas recreativos competitivos de vôlei de areia apresentam perfis motivacionais predominantemente autodeterminados, além de sugerir que homens e mulheres apresentam perfis motivacionais semelhantes, tendo as mulheres médias superiores aos homens, mesmo que sem diferenças estatísticas significantes. Esses achados reforçam a importância de pesquisas em ambientes recreativos competitivos, objetivando a promoção de ambiente que promovam a autonomia e a permanência no esporte.

Palavras-chave: Motivação; Sexo; Vôlei de Areia; Atletas Recreativos Competitivos.

Contato: ana.luisas@alunos.fho.edu.br.

R4: Barreiras e motivadores na prática de exercício físico por mulheres: uma revisão integrativa

Nicolle Liane Capozzi Paiano ^a; Júlia de Mello Pimenta ^b; Juliana Robinson Doria ^a;
Poliana Cristina Guimarães ^a; Vitória Maria Araujo Andrade ^c; Emmi Myotin ^b; Paula
Ângela de Figueiredo e Paula ^d

^a Associação Brasileira de Psicologia do Esporte

^b Universidade Federal de Minas Gerais

^c Universidade de São Paulo

^d Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

Apesar do aumento do debate sobre a participação feminina nas práticas corporais, a última pesquisa realizada pelo IBGE no Brasil indica que apenas 31,3% das mulheres adultas atingem a recomendação mínima de atividade física sugerida pela Organização Mundial da Saúde. Evidências sugerem que essa desigualdade é influenciada por determinantes socioculturais, psicológicos e contextuais, como normas de gênero e reflexões acerca dos papéis sociais das mulheres. Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, cujo objetivo foi identificar os principais motivadores e barreiras para a adesão feminina à prática de exercício físico no contexto brasileiro, bem como verificar a consideração de marcadores socioeconômicos e culturais nos trabalhos. A busca foi realizada nas bases SciELO, PubMed e CAPES, utilizando os descritores “women”, “physical activity”,

“motivation”, “barriers” e “enablers”, presentes no título ou resumo. Foram incluídos artigos publicados entre 2015 e 2025, nos idiomas português ou inglês, conduzidos ou realizados no Brasil. Excluíram-se estudos com mulheres com condições de saúde específicas, gestantes ou no período pós-parto, artigos e pesquisas sem acesso aberto e duplicados. Das 161 publicações identificadas, 55 compuseram a amostra. A extração dos dados de coleta das informações foi realizada por meio de instrumento elaborado pelas autoras, contemplando informações como ano de publicação, país, barreiras, motivadores e presença de marcadores socioeconômicos e culturais, não sendo possível a realização de avaliação formal da qualidade metodológica dos estudos incluídos. A análise dos dados ocorreu de forma descritiva e temática. Os resultados indicaram que 9 estudos tratam exclusivamente do público idoso e 34 a idade variou de 15 a 80 anos. Os principais motivadores para a prática de atividade física entre os idosos foram aqueles relacionados à saúde, ao prazer e à socialização, enquanto as barreiras mais frequentes envolvem indisposição e limitação física. Já entre as mulheres com menos de 60 anos, os motivadores principais foram prazer, socialização e questões relacionadas à aparência ou estética, enquanto às barreiras predominantes foram falta de tempo, indisposição e carência de estrutura. Considerando marcadores socioculturais, como sexo, raça, escolaridade, maternidade, território e renda, somente 6 estudos abordaram esses aspectos na caracterização da amostra e levaram em consideração na análise dos resultados. Conclui-se que intervenções voltadas ao público feminino podem ser mais efetivas quando priorizam estratégias que valorizem os benefícios à saúde, o prazer e a socialização, concomitantemente ao enfrentamento de barreiras individuais e estruturais. Contudo, somente essas informações não têm sido suficiente para elaboração de programas e intervenções que aumentem significativamente a adesão das mulheres às atividades físicas. Persiste a carência de pesquisas que forneçam subsídios capazes de orientar intervenções multissetoriais voltadas à superação de dificuldades culturais, socioeconômicas e ambientais.

Palavras-chave: Atividade Física; Mulheres; Barreiras; Motivações.

Contato: psi.nicolleliane@gmail.com

R5: Motivation and determining factors for the practice of university sports in São Paulo state

Kaio Borges Guerrero ^a; Paula Teixeira Fernandes ^a

^a Sport Psychology and Neuroscience Study Group (GEPEN), Faculty of Physical Education - UNICAMP

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia
Motivacional e do Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

University sports represent a complex phenomenon that transcends sports competition, acting as a strategic pillar for human development, socialization and academic integration. Grounded in the Self-Determination Theory (SDT), this study aims to characterize university sports in São Paulo State and correlate athletes' motivational aspects with their academic and sports routine. The SDT provides a robust framework to understand how different types of motivation, ranging from intrinsic to extrinsic regulations, influence persistence and well-being in the university context. This research adopts a cross-sectional and correlational design. The sample consisted of 318 university athletes, predominantly male (55.4%) and undergraduate students (90%) from public institutions (81%). Data collection utilized the University Sport Characterization Questionnaire (QCEU-A) and the Sport Motivation Scale-2 (SMS-2). Statistical procedures included descriptive analysis and multiple linear regression to identify the predictive power of practice time, academic background, and training volume on motivational regulations. The results indicate a motivational profile driven by a synergy of intrinsic and social factors. Pleasure was identified as the primary driver for 93% of the participants, highlighting university sports as an autonomous choice and a vital escape from academic pressure. Other significant motives included health/well-being (78%), performance (52%), and socialization (52%). Regression analysis revealed that external regulation was linked to academic background ($\beta=1.515$) and practice time ($\beta=1.024$), while introjected regulation correlated with weekly training hours ($\beta=1.010$), and integrated regulation showed a relationship with the type of educational institution ($\beta=0.912$). Notably, 98% of athletes perceived sports practice as a balancing factor that enhances performance in academic tasks. Despite facing financial constraints and limited institutional support, the athletes' high level of dedication (61%) and self-determined motivation sustain the sports ecosystem. We conclude that university sports in São Paulo are sustained by a solid motivational foundation focused on social integration and personal growth. The findings suggest that interventions should prioritize the strengthening of autonomous motivation to foster both athletic excellence and academic success. These results provide evidence for public and institutional policies to recognize sports as a central element of student permanence and holistic development.

Keywords: Motivation; SDT; University sport; Sport Psychology.

Contact: kaiobg@hotmail.com

R6: Exercícios físicos individuais e coletivos e níveis de ansiedade: revisão integrativaAlice Frungillo Lima ^a; Paula Teixeira Fernandes ^a^a Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN), Faculdade de Educação Física - UNICAMP

A ansiedade é uma das condições de saúde mental mais prevalentes no mundo, afetando mais de 260 milhões de pessoas. Diante desse cenário, torna-se fundamental identificar estratégias não farmacológicas eficazes e acessíveis para o manejo dos sintomas. O exercício físico (EF) destaca-se como intervenção de baixo custo, com evidências consistentes de benefícios para a saúde física e mental. Contudo, há variação metodológica entre os estudos e escassez de análises que diferenciem modalidades individuais e coletivas, o que justifica a presente revisão. O objetivo foi realizar uma revisão integrativa da literatura sobre os efeitos da EF, com ênfase na comparação entre modalidades individuais e coletivas, sobre sintomas de ansiedade em adultos. Foi conduzida uma revisão integrativa estruturada em seis etapas: (1) Identificação do tema e definição da questão norteadora; (2) Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; (3) triagem e seleção; (4) categorização dos dados; (5) análise crítica; e (6) síntese dos resultados. As buscas ocorreram nas bases PubMed e SciELO, selecionadas por sua abrangência internacional e relevância para a produção científica em saúde na América Latina. Utilizaram-se descritores relacionados a “ansiedade”, “psicologia do esporte”, “esporte coletivo”, “exercício em grupo”, “esporte individual” “atividade física” e “exercício físico” (e equivalentes em inglês), com recorte temporal de 2020 a 2025. Foram incluídos artigos disponíveis na íntegra, com amostras de adultos e foco nos efeitos do EF sobre ansiedade. Não foi aplicada ferramenta formal de avaliação da qualidade metodológica dos estudos, o que constitui limitação reconhecida. Ao final, 36 estudos foram analisados. Os resultados mostraram que 31 dos 36 estudos (86%) relataram redução significativa da ansiedade associada ao EF, especialmente em programas com mais de 8 semanas e com frequência mínima de 3 sessões semanais. Entretanto, 26 estudos não especificaram claramente se a prática foi individual ou coletiva, o que já aparece como limitação central nos achados. Entre os estudos que distinguiram o contexto, intervenções individuais e coletivas foram eficazes. Quando descrita, a prática em grupo esteve associada a maior engajamento, apoio social e aderência. Benefícios adicionais incluíram melhora do bem-estar, sono, humor e autorregulação emocional. Conclui-se que o EF é estratégia eficaz para o manejo da ansiedade em adultos, independentemente da modalidade. Contudo, a ausência de detalhamento sobre o contexto social na maioria dos estudos reforça a necessidade de pesquisas que

comparem diretamente formatos individuais e coletivos para orientar intervenções mais precisas em saúde mental mediadas pelo exercício.

Palavras-chaves: Psicologia do Esporte; Ansiedade; Exercício Físico.

Contato: paulat@unicamp.br

R7: Integrated regulation shows unique longitudinal associations with physical activity

Marcela Alves Sanseverino ^a; Wagner de Lara Machado ^a

^a Post-graduation Program in Psychology, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul

Adherence to physical activity (PA) is a challenge and a public health issue as it is a complex process influenced by biopsychosocial factors. Our aim is to verify significant predictors of PA in a longitudinal study among age, sleep quality, and motivation. The present study is part of thesis approved by the Ethics Committee in 2021 (CAAE 47169921.0.0000.5336). The sample comprises 93 participants with mean age of 36.0 (± 12.15) years, most female (81, 87.1%), single (45, 48.4%), and post-graduated (56, 60.2%). An online survey included the sociodemographic instrument, Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire, Sleep quality question and International Physical Activity Questionnaire. The participants that were available responded to it two more times in the following year with a six-month gap in between. Three models were estimated to examine predictors of PA over time while accounting for within-participant dependency, linear mixed-effects models were estimated using *lmer()* (*lmerTest* package) in R, with restricted maximum likelihood as estimator and including a random intercept for participants. Model 1 included time, age, sleep quality and integrated regulation. Model 2 included intrinsic regulation instead of integrated. Model 3 combined the two models. Models were fitted using z-standardized variables. The confidence intervals (95%) were calculated with Wald method. In Model 1, integrated regulation was positive predictor of PA ($\beta=0.43$, 95%CI [0.27, 0.58], $p<.001$). Age was negatively correlated ($\beta=-0.21$, 95%CI [-0.37, 0.05], $p<.001$) and sleep quality presented lower significant correlation ($\beta=0.14$, 95%CI [-0.03, 0.26], $p=.017$). In Model 2, intrinsic motivation was positively associated with PA ($\beta=0.31$, 95% CI [0.15, 0.48], $p<.001$), sleep quality showed a smaller but significant effect ($\beta=0.17$, 95% CI [0.05, 0.29], $p=.008$) and age was not significant ($\beta=-0.16$, 95%CI [-0.33, 0.01], $p=.061$). In the Model 3, integrated regulation remained independently associated with PA ($\beta=0.43$, 95%CI [0.21, 0.66], $p<.001$). Intrinsic motivation showed no independent contribution

($\beta=-0.01$, 95%CI [-0.24, 0.22], $p=.931$). Age was significantly negative associated ($\beta=-0.21$, 95%CI [-0.37, -0.04], $p=.015$). Across models, the fixed effect of time was not statistically significant. Overall, our data presented that when accounting for biological (age and sleep) and psychological (motivation) factors influencing PA measured repeatedly, the psychological factor stands out as the most important predictor. Evidence in the literature also suggested integrated regulation as larger influence in PA when comparing with intrinsic regulation. Thus, we highlight the importance of psychological support in process of PA adherence and the training of health professionals regarding motivational aspects.

Keywords: Self-determination theory; Integrated regulation; Motivation; Exercise; Mixed-effects models.

Contact: sanseverino.marcela@edu.pucrs.br

R8: Salud, deporte y bienestar en al alto rendimiento. Aportes desde la psicología del deporte y la actividad física

María Noella Galo Tortorella ^a

^a Universidad del Trabajo del Uruguay

Este ensayo teórico reflexivo articula revisión bibliográfica y práctica profesional del posgrado en Psicología del Deporte y la Actividad Física (PDAF) con deportistas y entrenadoras de Gimnasia Aeróbica Deportiva en el centro de alto rendimiento de la Secretaría Nacional de Deportes en Uruguay. Mi objetivo es aportar desde la Psicología del Deporte y la Actividad Física a la tensión existente entre alto rendimiento- salud-bienestar con enfoque de derechos, género y generaciones; analizando los factores de protección y de riesgo para niños, niñas y adolescentes deportistas de selección desde un abordaje interdisciplinario. La metodología incluyó entrevista en profundidad a nadadora de selección, observación participante y herramientas específicas de la PDAF. Cada experiencia subjetiva es singular y cada persona única, múltiples variables favorecerían el bienestar, promoviendo la salud mental y el bienestar psicológico, previniendo factores de riesgo para NNA que participan en competencias tanto nacionales como internacionales en su deporte. Desde un enfoque multidimensional visibilizo condiciones favorables que promueven factores protectores a la experiencia óptima o potenciando factores de riesgo con incidencia en el bienestar de niños, niñas y adolescentes (NNA. deportistas de selección nacional, incluyendo las siguientes dimensiones: jurídica, social, deportiva, psicológica, biocorporal, y económica. La Convención de Derechos del Niño (1989)

protege a NNA. Las condiciones externas regidas por marcos normativos e institucionales serían exigibles y justiciables, acciones que implicarían empoderar a deportistas, familias y/o federaciones. El apoyo, sostén y soporte de profesionales PDAF a entrenadoras y acuerdos centrados en el bienestar de atletas como estrategia para acompañar procesos deportivos en alto rendimiento. La intervención con familias a través de charlas y talleres temáticos e instancias individuales con deportistas con el objetivo de promover la salud y prevenir situaciones de riesgo para NNA. La interdisciplina, apoyo, sostén y soporte de disciplinas deportivas al equipo de entrenadores para crear condiciones, ambientes y climas motivacionales, integrando lo didáctico y pedagógico en la transferencia de herramientas técnicas en los entrenamientos. Importancia del cuidado institucional, técnico y profesional para sostener la experiencia de entrenamiento deportivo y de participación en competencias a NNA e incidencia del patrocinio deportivo, dirigencia y federaciones en la toma de decisiones deportivas. Algunos factores que afectan a NNA son consecuencia de omisión y/o negligencia adulta, personas, cargos y funciones vinculadas al deporte de selección. Desde la PDAF implica un posicionamiento ético y profesional abordar e intervenir integrando equipo interdisciplinario o como consultora en la orientación y asesoramiento a personas en situación de deporte de alto rendimiento.

Palabras claves: Adolescências; Alto rendimento; Bienestar.

Contato: noellagalo@gmail.com

R9: Estratégias possíveis para promover aderência ao exercício físico e nutrição adequada em hipertensos ocupantes de cadeira de rodas visando melhoria de parâmetro clínicos, qualidade de vida e redução de mortalidade

Thiago Beraldo da Silveira ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a; Gustavo Allegretti João ^a; Aylton Figueira Júnior ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

As doenças cardiovasculares se configuram como uma causa de morbimortalidade global, com hipertensão arterial em prevalência de 48% segundo um estudo qualitativo, entre pessoas com deficiência física, especialmente ocupantes de cadeira de rodas. Apesar dos benefícios amplamente documentados do exercício físico e da nutrição adequada no controle pressórico e a saúde cardiovascular, a adesão a programas estruturados nessa população se limita, sobretudo em função de barreiras motivacionais, ambientais e sociais. Modelos contemporâneos da motivação em

saúde, como a Teoria da Autodeterminação e Teoria Social Cognitiva, apontam que fatores como autonomia, autoeficácia, apoio social e respostas afetivas positivas ao exercício são determinantes na manutenção de comportamentos saudáveis ao longo do tempo. Analisar e propor estratégias biopsicossociais capazes de promover a aderência ao exercício físico e nutrição adequada em hipertensos ocupantes de cadeira de rodas, com ênfase nos determinantes motivacionais do comportamento em saúde, visando à melhoria de parâmetros clínicos, qualidade de vida e redução de mortalidade. Trata-se de um ensaio teórico a partir de uma revisão narrativa com abordagem integrativa da literatura, contemplando estudos publicados entre 2010 e 2025. A busca foi realizada nas bases PubMed, Web of Science, SciELO e LILACS no período de novembro/2025 a dezembro/2025, além de documentos oficiais e diretrizes internacionais. Foram utilizados 23 artigos após remoção de duplicatas, com descritores relacionados à hipertensão arterial, exercício físico adaptado, nutrição, variabilidade da frequência cardíaca, deficiência física, adesão, motivação e políticas públicas inclusivas. As evidências analisadas indicaram que intervenções multicomponentes, integrando exercício físico supervisionado, educação nutricional e estratégias motivacionais fundamentadas na satisfação das necessidades psicológicas básicas, apresentam maior potencial de adesão e sustentabilidade em hipertensos ocupantes de cadeira de rodas. Destacam-se como fatores-chave o fortalecimento da autoeficácia, o apoio social, a acessibilidade ambiental e a promoção de respostas afetivas positivas durante a prática, os quais se associaram a melhor controle pressórico (redução de -6 mmHg na pressão diastólica após 4 meses), maior equilíbrio autonômico e melhora do bem-estar psicológico mostrando aumento de até 6 vezes mais ganho de atividade total diária, tempo de atividade moderada e 6,5 em atividade vigorosa com métodos diferenciados. A promoção da saúde voltadas a hipertensos ocupantes de cadeira de rodas devem transcender abordagens exclusivamente biomédicas e incorporar componentes motivacionais e contextuais que favoreçam autonomia, pertencimento e prazer na prática. A integração é fundamental nos programas e políticas públicas inclusivas, reduzindo desigualdades em saúde e adesão sustentada a comportamentos saudáveis.

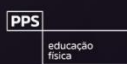
Palavras-chave: Motivação; Exercício físico adaptado; Hipertensão arterial; Ocupantes de cadeira de rodas; Aderência.

Contato: thiago@beraldofit.com.br

REALIZAÇÃO



sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu



PPS
educação
física



Lpmdh
Laboratório de Pesquisa em
Motivação e Desenvolvimento Humano



ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO



CAPES



GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIR e RECONSTRUIR



FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO



Atleta
Campeão

R10: Proposição de um programa de acompanhamento remoto do treinamento físico para o curso de ação de comandoGuilherme de Souza Barbosa ^{a,c}; Angela Nogueira Neves ^{b,c}^a Centro de Instrução de Operações Especiais^b Escola de Educação Física do Exército^c Universidade da Força Aérea/Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Humano Operacional

O Curso de Ações de Comandos (CAC) exige elevada preparação física; entretanto, no período prévio ao curso, os candidatos treinam de forma descentralizada em suas organizações militares, com supervisão especializada limitada e baixa possibilidade de individualização, o que pode comprometer a execução do programa institucional e influenciar o desempenho no Exame de Aptidão Física Complementar (EAFC). Este estudo teve como objetivo propor, implementar e descrever um programa estruturado de acompanhamento remoto do treinamento físico de candidatos ao CAC, fundamentado na Teoria da Autodeterminação, com foco no suporte às necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento como mecanismo de promoção da motivação autônoma e da persistência comportamental. Trata-se de estudo aplicado, de caráter descritivo, com monitoramento prospectivo de intervenção remota ao longo de 16 semanas. Participaram 105 candidatos ao CAC/2025, acompanhados via plataforma digital de comunicação instantânea, com estrutura semanal composta por: (a) instrumento digital de autorrelato das sessões executadas e barreiras percebidas; e (b) vídeos semanais (~1 minuto) com conteúdos direcionados ao planejamento, suporte motivacional e feedback individualizado em canal privado. Permanência foi definida como participação ativa nas 16 semanas; adesão ao Programa de Treinamento Físico foi operacionalizada como a razão percentual entre sessões realizadas e sessões previstas; e execução semanal foi calculada pela proporção de sessões cumpridas em relação ao planejamento semanal. As métricas foram obtidas por autorrelato sistematizado e registros de visualização da plataforma. Dos 105 candidatos, 92 (87,6%) permaneceram até o término. As visualizações variaram de 105 a 89 participantes, com declínio mais acentuado a partir da 13ª semana. A adesão ao programa mostrou heterogeneidade: 13 candidatos realizaram $\geq 75\%$ das sessões previstas, 37 realizaram entre 50% e 74,9%, e a execução semanal agregada variou entre 41,95% e 63,96%. As principais barreiras relatadas foram indisponibilidade temporal associada a missões institucionais e limitação de meios materiais, com redução progressiva ao longo do acompanhamento. Conclui-se que a supervisão remota estruturada e teoricamente fundamentada mostrou-se viável, apresentou

elevada taxa de permanência e permitiu monitoramento sistemático da execução do programa institucional e das barreiras contextuais. Estudos subsequentes devem testar efeitos causais sobre qualidade motivacional, desempenho no EAFC e taxas de aprovação no CAC.

Palavras-chaves: Motivação autônoma; Promoção da adesão; Supervisão remota; Teoria da autodeterminação.

Contato: angelanneves@yahoo.com.br

R11: Regulação emocional e saúde mental em atletas do programa de alto rendimento do exército

Samuel Mendonça Palhares Dias ^a; Angela Nogueira Neves ^{a,b}

^a Escola de Educação Física do Exército

^b Universidade da Força Aérea/Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Humano Operacional

A regulação emocional integra o desenvolvimento humano ao longo do ciclo vital, na medida em que permite ao indivíduo monitorar, modular e reorganizar suas respostas emocionais conforme demandas internas e sociais, favorecendo adaptação, aprendizagem e qualidade das interações. No contexto desportivo, especialmente em ambientes de alto rendimento, tais competências tornam-se ainda mais relevantes, pois atletas enfrentam estressores constantes e precisam sustentar desempenho, tomada de decisão e vínculos interpessoais. A saúde mental, por sua vez, relaciona-se diretamente ao bem-estar subjetivo e contribui para a melhoria das relações sociais, sendo um componente importante para a manutenção do equilíbrio psicológico em cenários de exigência elevada. Assim, torna-se justificável investigar estratégias de regulação emocional que se associem ao bem-estar em atletas. Este estudo teve como objetivo identificar quais estratégias de regulação emocional podem contribuir para o bem-estar de atletas de alto rendimento do Exército Brasileiro. Participaram 78 atletas do Programa de Alto Rendimento do Exército (PAAR), de ambos os sexos, provenientes de diferentes modalidades, com média de idade de 26 anos (DP = 5,709; mínimo = 18; máximo = 42). Foram utilizados a versão brasileira do *Mental Health Continuum Short Form* (MHC-SF) e o *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire* (CERQ). Para a análise dos dados, empregou-se regressão múltipla com método *backward*, seguida de verificação de multicolinearidade, normalidade e heterocedasticidade dos resíduos, assegurando a adequação dos modelos estimados. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética (CAAE: 68726623.7.0000.9433). Os

resultados indicaram que a capacidade de regular emoções desempenha papel significativo no bem-estar emocional, psicológico e social. Entre as estratégias avaliadas, o foco no planejamento foi o preditor mais influente e apresentou contribuição positiva em todas as dimensões do bem-estar. No bem-estar emocional, o modelo de regressão explicou 26% da variabilidade; no bem-estar psicológico, 19%; e no bem-estar social, 8%. Tais achados evidenciam a relevância do foco no planejamento como estratégia cognitiva associada à promoção do bem-estar, com impacto particularmente pronunciado no componente emocional. Conclui-se que o foco no planejamento constitui a estratégia de regulação emocional mais fortemente relacionada ao bem-estar em atletas militares de alto rendimento. Recomenda-se que a equipe técnica implemente práticas de apoio que favoreçam autonomia, parceria e um ambiente de colaboração, contribuindo para a promoção da saúde mental e para melhores condições psicossociais no contexto do treinamento e da competição.

Palavras-chaves: Atletas; Emoções; Adaptação Psicológica; Estratégias.

Contato: angelanneves@yahoo.com.br

R12: O impacto do sexo, nível de desempenho esportivo, tempo de experiência, tipo de modalidade esportiva na saúde mental de treinadores de alto rendimento e os reflexos da motivação

Alexandre Conttato Colagrai ^a; Paula Teixeira Fernandes ^a

^a Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN), Faculdade de Educação Física - UNICAMP

Treinadores são importantes para o desenvolvimento de atletas, mas apesar de trabalharem no mesmo ambiente de alta pressão, os estudos sobre sua saúde mental ainda são recentes em comparação com atletas. Objetivamos investigar a saúde mental de treinadores de alto rendimento através de uma pesquisa transversal e quantitativa, com aplicação de questionário online utilizando instrumentos de rastreio de sintomas de transtornos mentais e de fatores protetivos para a saúde mental: Escala de Motivação Esportiva (SMS); Escala de Resiliência no Esporte (SRS), Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-9), Escala de Autoestima de Rosenberg (RSS), Transtorno de Ansiedade Generalizada-7 (GAD-7), Questionário de Avaliação do Estresse e Estratégias de Enfrentamento (CFQ), Escala de Saúde Mental Positiva: Validação do Continuum de Saúde Mental - Forma Reduzida (MHC-SF), Escala de Paixão pelo Esporte (SPS), avaliando a relação destes com sexo, modalidade esportiva, tempo de experiência, nível de desempenho. Participaram 106 treinadores (12

mulheres; 94 homens). O tamanho da amostra foi estimado considerando o tamanho do efeito médio relatado por Kegelaers et al. (2021) em uma investigação sobre transtornos mentais em treinadores, e com uma estimativa utilizando o G*Power (versão 3.1; HHU, Düsseldorf, Alemanha), que revelou um tamanho mínimo de 100 participantes. O teste de Mann-Whitney foi utilizado para comparar a saúde mental de acordo com o sexo e tipo de esporte, o de Kruskal-Wallis para comparar a saúde mental dos treinadores em diferentes níveis e tempos de experiência, e o teste de post hoc de Bonferroni para identificar possíveis diferenças estatísticas. O alfa de Cronbach e as correlações bivariadas foram calculados para analisar a consistência interna dos instrumentos, e o nível de significância estabelecido em $p < 0,05$. Os treinadores apresentaram maior motivação e resiliência em comparação com as treinadoras, e elas mais sintomas depressivos. Metade dos participantes relatou que seu salário é insuficiente, o que impacta na motivação. Treinadores que atuam em modalidades individuais apresentaram valores mais altos de depressão e menor motivação em comparação com os que atuam em modalidades coletivas. Dentre as variáveis independentes, o sexo foi a que apresentou maiores diferenças na saúde mental. O estudo mostra a necessidade de mais pesquisas e intervenções práticas nesse sentido, especialmente avaliar as treinadoras do sexo feminino com mais profundidade, pois são em menor quantidade e apresentam menor motivação e maiores problemas com sua saúde mental.

Palavras-chave: Psicologia Esportiva; Depressão; Ansiedade.

Contato: alexandreccolagrai@gmail.com

R13: O uso de aplicativos digitais e mídias sociais na manutenção da atividade física: uma revisão integrativa

Thaiany de Paula Giacomini ^a; André Luis Aroni ^a

^a Universidade São Francisco

A prática regular de atividade física é reconhecida como fator essencial para a manutenção da saúde e prevenção de doenças crônicas. No contexto contemporâneo, marcado pelo uso intensivo de tecnologias digitais como *smartphones*, aplicativos e redes sociais, tais dispositivos podem auxiliar na manutenção da atividade física. Por outro lado, neste mesmo cenário, observa-se um aumento do tempo de tela e redução da movimentação corporal. O estudo teve como objetivo realizar uma pesquisa integrativa sobre o impacto da utilização de aplicativos e mídias sociais na manutenção da atividade física. As bases de dados consultadas foram: *Google*

Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e *Scielo*. Na coleta, foram utilizados os descritores “atividade física”, “aplicativos digital” e “mídias sociais” no idioma português. Em inglês, “physical activity”, “digital applications” e “social media”. Nos critérios de inclusão, após a leitura do título e resumo, selecionou-se artigos disponibilizados na íntegra e gratuitos, em português ou inglês. Como resultados, 4.922 artigos foram encontrados com descritores em português, e 142.727 artigos em inglês. Após busca e aplicação dos critérios, exclusão de duplicados e combinação dos descritores, 93 artigos foram selecionados para a leitura na íntegra. Os artigos analisados abordaram os impactos, benefícios e estratégias associadas ao uso de mídias sociais e aplicativos digitais na promoção e aderência à atividade física, incluindo o desenvolvimento e aprimoramento de ferramentas voltadas ao incentivo e monitoramento de indicadores de saúde. Observou-se que influenciadores digitais podem atuar como incentivadores da prática, ao estimular comportamentos ativos. Por outro lado, emergem aspectos relacionados à busca por padrões corporais ideais, comparação social e possíveis impactos negativos na autoestima e autoimagem. No âmbito da saúde, os artigos destacaram benefícios da atividade física na melhoria da qualidade de vida e no controle de condições fisiológicas, associados a desafios, suporte virtual, gamificação e informação, os quais parecem favorecer maior engajamento e percepção de controle por parte dos usuários. Observou-se que a maior incidência de publicações está associada às buscas entre atividade física e mídias sociais, com reflexões sobre uso de telas, sedentarismo, hábitos saudáveis e bem-estar. Por outro lado, estudos envolvendo aplicativos digitais apresentaram o menor número de estudos, concentrando-se no monitoramento de dados de saúde. Ainda há escassez de pesquisas, nas bases consultadas, que investiguem de forma integrada a manutenção da atividade física por meio dessas tecnologias, interligando aspectos de motivação para prática de atividade física nas mídias em conjunto com aplicativos, evidenciando lacunas para investigações futuras.

Palavras-chave: Ciência de dados em saúde; Atividade física; Motivação; Mídias sociais; Aplicativos digitais.

Contato: thaiany.giacomini@mail.usf.edu.br

R14: Identidade para o exercício e internalização motivacional: uma leitura integrativa à luz da teoria da autodeterminação

Elaine Cristina Destéfani Manso ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a

^a Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

A prática regular de exercício físico configura-se como um comportamento complexo, cuja adoção e manutenção têm se mostrado insuficientemente explicadas por modelos centrados exclusivamente na intenção ou em determinantes cognitivos isolados, especialmente quando se trata de comportamentos sustentados ao longo do tempo. Evidências teóricas e empíricas acumuladas nas últimas décadas indicam que a identidade para o exercício emerge como elemento central para a compreensão do engajamento sustentável, particularmente quando articulada aos processos de regulação motivacional descritos pela Teoria da Autodeterminação (TAD). Nesse contexto, o presente ensaio teórico teve como objetivo integrar contribuições da Teoria da Identidade, da TAD e da literatura contemporânea sobre motivação e exercício, a fim de discutir a identidade para o exercício como marcador psicológico da internalização motivacional e mecanismo organizador da manutenção do comportamento de exercício. Metodologicamente, trata-se de um ensaio teórico fundamentado em análise crítica e integrativa de estudos empíricos quantitativos, qualitativos e revisões teóricas que investigaram as relações entre identidade para o exercício, regulações motivacionais, necessidades psicológicas básicas e padrões de engajamento em exercício físico, incluindo delineamentos transversais, longitudinais e modelos de mediação. A síntese dos achados indica que a identidade para o exercício emerge progressivamente a partir da experiência comportamental repetida, do investimento simbólico e da incorporação do exercício ao self, estando associada a formas autodeterminadas de motivação, especialmente às regulações identificada e integrada. Estudos demonstram que a identidade atua como mediadora e moderadora da relação entre motivação e comportamento, fortalecendo a coerência entre intenção e ação e exercendo papel relevante na manutenção de práticas de exercício de intensidade moderada a vigorosa. Ademais, a identidade opera como sistema autorregulatório dinâmico que integra processos reflexivos e automáticos, mobilizando afetos, padrões de autoverificação e estratégias orientadas à congruência entre self e comportamento. Conclui-se que a identidade para o exercício pode ser compreendida como expressão avançada do processo de internalização descrito pela TAD, funcionando como eixo integrador entre motivação, autorregulação e comportamento, ampliando a compreensão do exercício como prática incorporada ao self e oferecendo bases teóricas para pesquisas e intervenções voltadas à sustentação do comportamento de exercício ao longo do tempo, especialmente aquelas que priorizem contextos de apoio à autonomia, fortalecimento da competência percebida e promoção de vínculos sociais positivos nos ambientes de prática.

Palavras-Chave: Identidade para o exercício; Regulação motivacional; Autorregulação; Comportamento para o exercício.

Contato: elainedestefani@hotmail.com

R15: Contribuições da psicologia do esporte e do exercício para o cuidado em saúde na atenção primária e hospitalar

João Henrique Bizon Gomes ^a; Rafaela Afonso Crepaldi ^a; Paula Teixeira Fernandes ^a

^a Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN),
Faculdade de Educação Física - UNICAMP - Campinas, SP, Brasil

A Psicologia do Esporte e do Exercício (PEE) tem ampliado progressivamente seu campo de atuação para além do desempenho esportivo, consolidando uma área relevante no cuidado em saúde, especialmente nos contextos da atenção primária e hospitalar. Nesses cenários, o movimento corporal deixa de ser compreendido apenas como um ato mecânico/prescritivo e passa a ser entendido como expressão de história de vida, subjetividades, vínculos sociais e condições territoriais dos sujeitos. Assim, a escuta qualificada e a construção de vínculo terapêutico tornam-se elementos centrais para a compreensão das barreiras, motivações e potencialidades relacionadas ao cuidado em saúde. Articulada à Cultura Corporal do Movimento, a PEE contribui para uma percepção ampliada de saúde, fundamentada em uma perspectiva biopsicossocial, na qual corpo, mente e contexto social são indissociáveis. Nesse sentido, a interdisciplinaridade se consagra como eixo estruturante da prática, uma vez que somente por meio de uma visão integrada do ser humano é possível desenvolver intervenções que promovam um cuidado humanizado. O presente trabalho tem como objetivo apresentar e discutir as contribuições da PEE para o cuidado em saúde ampliada, destacando o papel da escuta qualificada, do exercício físico, do vínculo terapêutico e da atuação interdisciplinar. Para tanto, trata-se de um relato de experiência, desenvolvido a partir de vivências profissionais em diferentes níveis de atenção à saúde, incluindo serviços de atenção primária e contextos hospitalares, com pacientes adultos e pediátricos, bem como seus familiares, em situações de cuidado contínuo e reabilitação (motora e psicossocial). A atuação foi integrada às equipes multiprofissionais, colaborando no planejamento e na condução de intervenções baseadas no exercício físico e nas práticas corporais como dispositivos de cuidado em saúde. Como principais resultados, observamos que a atuação da PEE favorece intervenções sensíveis às singularidades das pessoas, integrando corpo, subjetividade e contexto social, fortalecendo a adesão ao cuidado, promovendo autonomia e estimulando o protagonismo dos sujeitos. Concluimos que a PEE

contribui de forma significativa para o cuidado integral em saúde ao fortalecer práticas interdisciplinares, qualificar as intervenções profissionais e subsidiar políticas públicas que reconheçam o exercício físico como um dispositivo clínico e relacional de promoção de saúde em diferentes contextos sociais.

Palavras-chave: Assistência Integral à Saúde; Educação Física; Psicologia do Esporte do Exercício.

Contato: jhenriquebizongomes@gmail.com

R16: Qualidade da regulação motivacional no exercício físico: um relato de experiência em contexto de assessoria esportiva

Débora Tomazelli ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^b

^a Triindaiá Assessoria Esportiva, São Paulo, SP, Brasil

^b Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

A prática profissional no exercício físico envolve processos que extrapolam a prescrição técnica, incorporando dimensões afetivas e motivacionais que influenciam diretamente a qualidade da regulação do comportamento e sua manutenção ao longo do tempo. Este trabalho teve como objetivo relatar e analisar uma experiência profissional desenvolvida na Assessoria Esportiva Triindaiá, em aulas presenciais em grupo, envolvendo 22 alunos com idades entre 28 e 56 anos, classificados como iniciantes (até três meses de prática na assessoria), intermediários (aproximadamente um ano de prática) e avançados (mais de três anos), majoritariamente voltados à melhoria do desempenho no triathlon. Trata-se de um relato de experiência de natureza qualitativa e reflexiva, construído a partir de registros sistemáticos realizados em diário de campo ao longo do semestre, incluindo observações estruturadas das sessões, conversas informais direcionadas e diálogos formais sobre os treinos realizados. Os registros referem-se a situações típicas do contexto de treinamento, sem identificação individual dos participantes, e foram organizados por meio de sistematização reflexiva com identificação de padrões relacionados a estados afetivos, barreiras percebidas e modos de engajamento. As intervenções foram estruturadas para operar como dispositivos de suporte regulatório, articulando feedback informacional, monitoramento da Percepção Subjetiva de Esforço, registro de desempenho no aplicativo Treino Online, uso de cartão de enfrentamento com elaboração autorreferida de metas e identificação de barreiras com ajustes na comunicação motivacional. Integradas, essas estratégias buscaram ampliar a percepção de agência, fortalecer a competência percebida e consolidar vínculos

interpessoais, reduzindo resistências iniciais e favorecendo maior apropriação subjetiva do processo de treinamento. Observou-se, ao longo do semestre, recorrente reorganização da experiência afetiva dos participantes, frequentemente marcada por deslocamento de estados iniciais de desânimo ou obrigação para experiências de maior vitalidade e senso de progresso, associando-se a maior constância nas sessões e menor tendência à evasão. À luz da Teoria da Autodeterminação, tais movimentos podem ser compreendidos como transições na qualidade da regulação, nas quais contextos que oferecem suporte às necessidades psicológicas básicas favorecem maior internalização e engajamento mais autodeterminado. Como limitações, destaca-se a natureza contextual e reflexiva dos registros e a ausência de instrumentos padronizados, indicando a necessidade de investigações empíricas que examinem de forma sistemática como intervenções motivacionais no exercício físico contribuem para trajetórias mais estáveis de prática ao longo do tempo.

Palavras-Chave: Qualidade da regulação; Autorregulação; Exercício físico; Afeto; Teoria da Autodeterminação.

Contato: debora.tomazelli@gmail.com

R17: Canabidiol e treinamento aeróbico melhoram parâmetros comportamentais em modelo experimental de autismo

Leonardo Ribeiro Miedes ^a; Thais Miriã da Silva Santos ^a; Victor Hugo Martins de Miranda ^b; Nayara Barbosa Lopes ^a; Leandro da Costa Freire ^c; Juliana Monique Lino Aparecido ^d; Kátia De Angelis ^b; Nathalia Bernardes ^a

^a Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP

^b Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, SP

^c Centro Universitário Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP

^d Universidade Cidade de São Paulo, São Paulo, SP

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento caracterizado por déficits na comunicação e interação social, além de comportamentos estereotipados. Apesar de sua elevada prevalência, existem poucas opções farmacológicas aprovadas. Modelos experimentais permitem reproduzir fenótipos comportamentais semelhantes ao TEA humano, possibilitando a avaliação controlada de intervenções terapêuticas. O objetivo deste trabalho foi avaliar os efeitos do tratamento com canabidiol (CBD) e do treinamento físico aeróbico (TFA), em modelo experimental de autismo, sobre a capacidade física, sociabilidade e interação social.

16 ratas Wistar foram distribuídas em três grupos: Controle (GC, n=6), Autismo + CBD (GAC, n=5) e Autismo + TFA (GAT, n=5). O modelo de TEA foi induzido por exposição pré-natal ao ácido valpróico (600 mg/kg, via intraperitoneal) no 12,5º dia de gestação. O CBD (20 mg/kg, gavagem) e o TFA em esteira (1 h/dia, intensidade moderada: 50–70% da velocidade máxima) foram realizados cinco vezes por semana, durante oito semanas. Foram avaliados capacidade física, sociabilidade e interação social (CEUA-USJT nº 100/2023). No teste máximo, os grupos não apresentaram diferenças no início do protocolo. Na 4ª semana, o GAT ($2,0 \pm 0,2$ km/h) apresentou aumento da velocidade de corrida em relação ao GAC ($1,7 \pm 0,2$ km/h), e todos os grupos (GC: $1,8 \pm 0,0$; GAC: $1,7 \pm 0,2$; GAT: $2,0 \pm 0,2$ km/h) apresentaram aumento da velocidade de corrida em relação aos seus valores no início do protocolo. No final do protocolo, o GAT ($2,8 \pm 0,3$ km/h) apresentou maior velocidade máxima de corrida em relação aos outros grupos (GC: $1,7 \pm 0,2$; GAC: $1,9 \pm 0,2$ km/h). Os grupos não apresentaram diferença em relação ao tempo na câmara do animal no início do protocolo. Na 4ª semana, o GAT ($324,1 \pm 56,0$ s) apresentou maior tempo gasto com animal em relação ao GC ($246,0 \pm 39,8$ s). Não houve diferença entre os grupos no final do protocolo. No teste de interação social, no início, GAC ($12,2 \pm 4,8$ s; $13,0 \pm 4,3$) e GAT ($10,7 \pm 15,4$ s; $9,0 \pm 7,5$) apresentaram menor tempo e frequência de interação em relação ao GC ($52,6 \pm 8,2$ s; $23,7 \pm 2,0$). Ao final, GAC ($26,2 \pm 12,8$ s) e GAT ($21,7 \pm 10,7$ s) apresentaram maior tempo de interação em comparação ao GC ($5,2 \pm 3,3$ s), e a frequência foi maior no GAC ($19,2 \pm 5,1$) em relação ao GC ($7,5 \pm 2,2$) e ao GAT ($13,0 \pm 3,4$). O CBD e o TFA promoveram melhorias nos parâmetros comportamentais no modelo experimental de autismo, especialmente na interação social, destacando-se como estratégias terapêuticas promissoras para o desenvolvimento de novas abordagens no TEA.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; Canabidiol; Treinamento Físico Aeróbico; Comportamento.

Contato: leomiedes@gmail.com

R18: Iniciação esportiva do críquete para crianças e adolescentes: uma experiência pedagógica fundamentada na Teoria da Autodeterminação em projeto de extensão universitária

Luís Antônio de Souza Júnior ^{a,b}; Mateus Henrique da Costa Corsi Mo ^a; Luciana do Carmo Furlan ^a; Thaís Helena Aparecida Oliveira ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^{b,c}

^a Faculdade Euclides da Cunha (FEUC-FFCL), São José do Rio Pardo, SP, Brasil

^b Universidade Paulista (UNIP), São José do Rio Pardo, SP, Brasil

^c Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, SP, Brasil

Os projetos de extensão universitária constituem espaços de aproximação entre universidade e comunidade, possibilitando experiências que contribuem para a formação acadêmica. Essas iniciativas ampliam a compreensão do esporte como fenômeno educativo. Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo refletir sobre a experiência pedagógica de um projeto de extensão universitária desenvolvido pela Faculdade Euclides da Cunha (FEUC-FFCL), no município de São José do Rio Pardo/SP, fundamentado nos pressupostos da Teoria da Autodeterminação (TAD). A metodologia adotada apresenta caráter qualitativo, com abordagem etnográfica, baseada na observação participante e na imersão dos extensionistas no contexto das aulas. O projeto foi desenvolvido por meio da realização de quatro encontros ao longo do segundo semestre de 2025, aos sábados, nas dependências do Rio Pardo Futebol Clube, com duração aproximada de uma hora por sessão. Os participantes foram convidados a integrar as turmas de iniciação ao Críquete, tendo como critérios de participação estar inseridos na faixa etária estipulada. A participação foi efetivada mediante o preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O público-alvo foi composto por 12 crianças e adolescentes de ambos os sexos, nascidos entre 2011 e 2015. As atividades foram organizadas de forma progressiva, contemplando momentos de integração e avaliação inicial, introdução aos fundamentos e às regras básicas do Críquete, jogos adaptados com prática orientada e, por fim, a realização de um festival pedagógico da modalidade, marcando o encerramento da primeira etapa do projeto. As aulas foram planejadas e executadas por alunos extensionistas do curso de Educação Física da FEUC-FFCL, sob supervisão docente. As experiências pedagógicas foram registradas por meio de diário de campo, elaborado ao final de cada encontro, contemplando observações, percepções e reflexões sobre o envolvimento dos participantes. A análise dos registros ocorreu por meio de uma síntese reflexiva, sistematizada no relatório final do projeto de extensão. No que se refere aos resultados, observou-se que, alinhados à TAD, os participantes foram incentivados, no primeiro encontro, a relatar suas percepções iniciais sobre a experiência com o Críquete, favorecendo o sentimento de pertencimento. No segundo encontro, os alunos identificaram as atividades que geraram maior prazer, associadas à satisfação da necessidade psicológica de competência. No terceiro e quarto encontros, vivenciaram o jogo de forma deliberada, assumindo diferentes funções e decisões colaborativas, potencializando a autonomia, o engajamento e a cooperação. Conclui-se que o projeto evidenciou o potencial do Críquete como instrumento educativo e formativo, tanto para os participantes quanto para os acadêmicos envolvidos.

Palavras-chave: Críquete; Extensão Universitária; Educação Física; Teoria da Autodeterminação; Experiência Pedagógica.

Contato: prof.souzajr@gmail.com

R19: Perspectivas e reflexões sobre a formação de atletas de futebol em
Minnessota: aprender, agregar e desenvolver

André Vinicius Soares Locce da Silva ^a; Paula Teixeira Fernandes^a

^a GEPEN, FEF-UNICAMP/BRASIL

O desafio de um treinador em conduzir a formação de atletas no âmbito esportivo requer, além do reconhecimento do seu papel pedagógico e socioemocional frente aos diversos eventos de uma temporada, a percepção dos estímulos que interferem nesse processo e a habilidade de utilizá-los a seu favor. Este relato de experiência tem por finalidade apresentar uma análise da influência dos agentes-chave (atletas, treinadores, árbitros e pais) na formação de atletas de futebol no cenário norte americano e identificar suas contribuições para o processo de ensino-aprendizagem esportivo e desenvolvimento psicológico, a partir da imersão profissional realizada na temporada competitiva de 2025, junto à equipe Winona Euro FC, no estado de Minnesota, EUA. A atuação prática se deu por meio da função de treinador principal (Head Coach), responsável por cinco equipes (sub 09, 11, 13 e 16 masculino e sub 19 feminino), com sessões de treinamento realizadas quatro vezes por semana (1h30 cada) e participação em competições regulares, sendo campeonatos de liga e torneios de finais de semana, entre abril e outubro. A análise qualitativa foi estruturada a partir de registros de campo, observações sistemáticas, rodas de conversa e discussões técnico-pedagógicas, orientadas por especialistas da área, desenvolvida a partir de perspectivas multidisciplinares. Os principais aprendizados identificados incluem a disposição dos(as) atletas em se desafiarem continuamente, a prevalência de sintomas de ansiedade em contextos competitivos e a importância do papel do treinador na mediação dessas vivências. Estratégias como o fomento ao diálogo entre atletas e treinadores, o desenvolvimento de habilidades para lidar com frustração e comparação, bem como a construção de vínculos que promovam pertencimento, mostraram-se fundamentais para o desenvolvimento integral do(a) atleta. O engajamento da rede de apoio, como pais e torcedores, ao redor do processo, se torna um potencializador como suporte emocional. O posicionamento pedagógico da arbitragem frente a momentos de frustrações e tomada de decisões equivocadas, demonstra a necessidade de flexibilidade da regra em determinados cenários. Ser treinador em um contexto culturalmente distinto impõe desafios significativos,

exigindo flexibilidade, capacidade de adaptação e uma atuação baseada em princípios interdisciplinares, principalmente em cenários nos quais o treinador será o único representante profissional responsável. Por isso, o alinhamento entre o treinador/clube e os agentes-chave, é crucial, onde todos compreendam sua parcela de influência e por meio da comunicação e apoio, tomem decisões intencionais e conscientes, pautadas no desenvolvimento do esporte competitivo e da saúde mental.

Palavras-chave: Alto Rendimento; Psicologia do Esporte; Esporte.

Contato: andrelocce@gmail.com

R20: Processos emocionais e motivacionais na manutenção da atividade física: um ensaio teórico em iniciação científica

Luciana Keller ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^{a,b}

^a Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência 2025

^b Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

A manutenção da atividade física ao longo do tempo constitui um dos principais desafios no campo da promoção da saúde, mesmo entre indivíduos que reconhecem seus benefícios físicos e psicológicos. Evidências acumuladas indicam que a interrupção da prática não pode ser explicada apenas por fatores racionais ou informacionais, estando fortemente associada a experiências emocionais, memórias vinculadas a tentativas anteriores e à qualidade da motivação que sustenta o comportamento. Nesse contexto, compreender os processos emocionais e motivacionais envolvidos na sustentação do comportamento fisicamente ativo torna-se fundamental. O presente trabalho, desenvolvido no âmbito de uma Iniciação Científica, tem como objetivo discutir, de forma integrativa, como processos emocionais e motivacionais se articulam na manutenção da atividade física, a partir de contribuições de modelos contemporâneos do comportamento humano, com destaque para a Teoria da Autodeterminação. Parte-se da premissa de que emoções vivenciadas durante e após a prática, bem como memórias autobiográficas associadas ao exercício, influenciam a forma como os indivíduos regulam sua motivação e interpretam suas experiências com a atividade física ao longo do tempo. Experiências emocionais negativas e memórias marcadas por fracasso, dor ou frustração tendem a favorecer formas menos autodeterminadas de motivação, enquanto experiências positivas, contextualizadas em ambientes de apoio, mostram potencial para favorecer maior internalização e persistência do comportamento. Sob a perspectiva da Teoria da Autodeterminação, argumenta-se que contextos que apoiam as necessidades

psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento criam condições mais favoráveis para a emergência de formas mais autodeterminadas de motivação, associadas a maior engajamento e continuidade da prática. Além disso, discute-se que a integração entre processos emocionais, memória e motivação permite compreender a manutenção da atividade física como um fenômeno dinâmico, não linear e sensível às experiências subjetivas dos praticantes. Ao articular esses elementos, o ensaio contribui para ampliar a compreensão dos determinantes psicológicos da sustentação do comportamento fisicamente ativo e aponta implicações conceituais relevantes para a pesquisa e para a formação científica em nível de Iniciação Científica, bem como para a atuação profissional em contextos de promoção da atividade física.

Palavras-Chave: Atividade física; Motivação; Emoção; Manutenção do comportamento; Iniciação Científica.

Contato: lucianakeller98@gmail.com

R21: Efeitos da auriculoterapia no envelhecimento: uma abordagem integrativa para a promoção da saúde física, mental e emocional em pessoas idosas

Leandro de Melo Duarte Franco ^a; Bruna Gabriela Marques ^b

^a Mestrando em Ciência do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu, USJT, SP, Brasil

^b Doutorado em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu, USJT, SP, Brasil

O envelhecimento populacional representa um desafio aos sistemas de saúde, devido o aumento de doenças crônicas, declínio funcional, alterações cognitivas e sofrimento emocional, exigindo estratégias voltadas ao cuidado integral e ao envelhecimento saudável. Nesse contexto, as práticas integrativas e complementares destacam-se por sua abordagem holística, entre elas a auriculoterapia, oriunda da Medicina Tradicional Chinesa e incorporada à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do Sistema Único de Saúde. Esta revisão integrativa teve como objetivo analisar as evidências científicas sobre os efeitos da auriculoterapia no envelhecimento, considerando impactos na saúde física, mental e emocional da pessoa idosa. Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, com buscas sistemáticas nas bases PUBMED, SCOPUS, SCIELO, BVS e LILACS, abrangendo publicações entre 2020 e 2025, por meio dos descritores “Auriculotherapy” AND “Aged” OR “Aging”. Foram identificados 72 estudos; após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 56 foram excluídos. Assim, 16 estudos compuseram a amostra final, incluindo ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e estudos quase-experimentais. A seleção seguiu

as recomendações do protocolo PRISMA, garantindo organização, transparência e reprodutibilidade. Os estudos indicaram que a auriculoterapia produz efeitos positivos no manejo da dor crônica, especialmente em lombalgia e dor musculoesquelética, com redução da intensidade dolorosa e melhora da funcionalidade. Também foram observados benefícios no controle de sintomas urinários, como incontinência e noctúria. Na saúde mental, a técnica mostrou eficácia na redução de ansiedade, estresse e depressão, além de melhorar o sono e o relaxamento. Evidenciaram-se ainda melhorias na função cognitiva e na memória verbal em idosos com comprometimento cognitivo leve, sobretudo em protocolos de estimulação do nervo vago auricular. Adicionalmente, observaram-se efeitos na redução da pressão arterial sistólica e no aumento do bem-estar geral e da qualidade de vida. Apesar dos resultados promissores, os estudos incluídos apresentam limitações metodológicas relevantes, como amostras reduzidas, heterogeneidade dos protocolos terapêuticos e curto tempo de seguimento, o que restringe a generalização dos achados. Ainda assim, os dados disponíveis sugerem que a auriculoterapia constitui uma intervenção segura, de baixo custo e potencialmente eficaz como complemento às abordagens convencionais no cuidado à pessoa idosa. A auriculoterapia demonstra potencial significativo na promoção da saúde integral da pessoa idosa, com impactos positivos sobre dimensões físicas, cognitivas e emocionais. Entretanto, são necessárias pesquisas com maior rigor metodológico e padronização dos protocolos para fortalecer sua validação científica e ampliar sua incorporação qualificada na prática clínica e nas políticas públicas de saúde.

Palavras-chave: Auriculoterapia; Pessoa Idosa; Envelhecimento; Terapias Complementares; Saúde mental.

Contato: profmatduarte@gmail.com

R22: Barreiras e possibilidades: a motivação como elemento-chave para o desenvolvimento integral no TEA

Rafaela Afonso Crepaldi ^a; João Henrique Bizon Gomes ^a, Paula Teixeira Fernandes ^a

^a GEPEN - Faculdade de Educação Física - UNICAMP

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é caracterizado como um transtorno complexo do neurodesenvolvimento, marcado por dificuldades na comunicação/interação social e por comportamentos e interesses restritos e repetitivos. A literatura científica mostra que o exercício físico (EF) vem se apresentando como uma intervenção potente para pessoas com TEA, gerando melhora da qualidade de vida relacionada à

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de
Pesquisa em
Motricidade Humana

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

saúde. Entretanto, devido às dificuldades inerentes a esse transtorno, as barreiras enfrentadas para prática de EF são inúmeras, incluindo a falta de motivação/engajamento, rotina terapêutica intensa, falta de tempo dos familiares, falta de oferta especializada, espaços barulhentos e cheios, atividades incondizentes com perfil motor, entre outras. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é elucidar as barreiras enfrentadas por pessoas com TEA para prática de EF, principalmente a falta de motivação, e como isso pode impactar no desenvolvimento integral, por meio de um relato de experiência de dois Profissionais de Educação Física, que atuam há aproximadamente 4 anos com crianças e adolescentes com autismo (todos os níveis de suporte, com uma prevalência maior de pacientes de 2 a 7 anos de idade), no contexto do SUS e de clínicas particulares. Os atendimentos possuem duração média de uma hora, sendo focados em intervenção baseada em ciência, englobando práticas corporais e exercícios físicos diversos e individualizados, e avaliações do desenvolvimento. Assim, observamos que para uma boa intervenção com EF para crianças e adolescentes com TEA, inicialmente, é preciso conhecer o indivíduo por inteiro (suas preferências, características, limitações e potencialidades). Infelizmente, a maioria deles já passou por situações aversivas nas aulas de educação física escolares, ou em aulas esportivas extracurriculares com profissionais despreparados, trazendo uma bagagem negativa quanto à prática de exercícios. Experiências prévias negativas, somadas a outros fatores e dificuldades, acaba gerando uma falta de motivação e engajamento. Neste sentido, nosso trabalho se inicia com a dessensibilização ao exercício, com o objetivo de aumentar a motivação, o engajamento e o interesse pela prática. O profissional precisa sair de sua zona de conforto e explorar sua criatividade. Ao termos indivíduos descontraídos, engajados e motivados, a prática de EF gerará melhora da saúde física e mental, aumento da autonomia, autoconfiança e autoestima, aumento da qualidade de vida, e consequentemente, o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes com TEA. Por fim, concluímos que o profissional de Educação Física, fundamentado na ciência e com olhar mais humanitário, exerce papel fundamental no desenvolvimento integral de indivíduos com TEA.

Palavras-chave: Psicologia do Exercício Físico; Atividade Física; Crianças e Adolescentes; Transtorno do Espectro Autista.

Contato: rafaelaafonsocrepaldi@gmail.com

**R23: Programas de intervenção psicológica para atletas de alto rendimento:
revisão integrativa da literatura científica**

Manoella Fiochi-Marques ^a; André Vinicius Soares Locce da Silva ^a; Paula Teixeira
Fernandes ^a

^a Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências (GEPEN) - Faculdade de
Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (FEF/UNICAMP)

O esporte de alto rendimento impõe demandas psicológicas complexas, envolvendo autorregulação emocional, tomada de decisão sob pressão e manutenção consistente do desempenho em contextos altamente competitivos e imprevisíveis. Nesse cenário, programas de intervenção psicológica têm sido amplamente utilizados como estratégia estruturante da preparação mental de atletas de elite, integrando aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais ao processo de treinamento esportivo. O presente estudo

teve como objetivo sintetizar e analisar criticamente as evidências científicas recentes sobre programas de intervenção psicológica aplicados a atletas de alto rendimento, identificando suas características metodológicas, abordagens teóricas, técnicas empregadas e principais desfechos reportados. Para tanto, realizamos uma revisão integrativa da literatura científica, conduzida em sete bases de dados (LILACS-BVS, SciELO, SCOPUS, SPORTDiscus, Web of Science, PsycINFO e PubMed), contemplando estudos publicados nos últimos cinco anos, nos idiomas português, inglês e espanhol. A busca inicial identificou 2.941 estudos, dos quais, após remoção de duplicatas e aplicação rigorosa dos critérios de inclusão e exclusão, 16 estudos compuseram a amostra final. As intervenções analisadas apresentaram elevada heterogeneidade metodológica, incluindo ensaios clínicos randomizados, delineamentos quase-experimentais, métodos mistos, estudos qualitativos e abordagens de sujeito único, com duração variando predominantemente entre quatro e doze semanas e aplicação em diversas modalidades esportivas individuais e coletivas. A análise temática permitiu agrupar os estudos em quatro eixos principais: (a) intervenções baseadas em mindfulness, aceitação e compromisso, incluindo protocolos híbridos; (b) programas tradicionais de Treinamento de Habilidades Psicológicas; (c) treinos cognitivos e perceptivo-motores, com uso de tarefas de tomada de decisão e estímulos visuais; e (d) intervenções baseadas em exposição, dessensibilização ou habituação à pressão competitiva. De modo geral, os resultados indicaram efeitos positivos consistentes sobre variáveis psicológicas centrais, como redução da ansiedade competitiva, aumento da autoconfiança, flexibilidade psicológica, autocompaixão, força mental e estratégias de enfrentamento, além de ganhos em tempo de reação, tomada de decisão e indicadores de desempenho esportivo em determinadas

modalidades. Apesar dos achados favoráveis, identificaram-se limitações recorrentes, como amostras reduzidas, diversidade de instrumentos, escassez de follow-ups prolongados, predominância de delineamentos quase-experimentais e baixa adaptação cultural de medidas psicométricas. Concluímos que intervenções psicológicas estruturadas e baseadas em evidências desempenham papel relevante na preparação de atletas de alto rendimento, indicando que a preparação mental deve ser compreendida como componente sistemático e planejado do processo de treinamento esportivo. Destacamos, contudo, a necessidade de estudos futuros com maior rigor metodológico, avaliações longitudinais, validação cultural de instrumentos e integração entre abordagens psicológicas, cognitivas e contextuais, especialmente no cenário esportivo brasileiro.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Preparação Mental; Intervenções Psicológicas; Atletas de Alto Rendimento.

Fonte financiadora: CAPES.

Contato: manoellafiochimarques@gmail.com / paulat@unicamp.br

R24: Idosos e o esporte: percepções e ressignificações a respeito da velhice e da participação em competições esportivas

Bruna Gabriela Marques ^a; Bruno Fornazare Manias ^a; José Maria Montiel ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

O envelhecimento populacional tem provocado transformações significativas nas formas de viver, de se relacionar com o corpo e de participar socialmente ao longo do curso da vida. Nesse contexto, observa-se o crescimento da participação de pessoas idosas em competições esportivas organizadas por faixa etária, especialmente no esporte master, fenômeno que desafia concepções tradicionais associadas à velhice como sinônimo de fragilidade e declínio. Apesar de frequentemente apresentado como exemplo positivo de envelhecimento ativo, o esporte na velhice também pode estar associado a discursos moralizantes que reforçam estigmas e responsabilizações individuais. O estudo teve como objetivo analisar as percepções de idosos atletas de um município da Grande São Paulo, participantes de competições esportivas, acerca da velhice, investigando de que maneira a experiência competitiva contribui para a construção de sentidos sobre envelhecer, identidade, participação social e desempenho. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de abordagem sociocultural, realizada com 16 idosos atletas participantes dos Jogos da Melhor Idade (JOMI),

distribuídos em dois grupos etários: sexagenários (60–69 anos) e septuagenários (70–79 anos). A produção dos dados ocorreu por meio da técnica de grupos focais, conduzidos de forma presencial e virtual em razão das restrições impostas pela pandemia da COVID-19. A análise foi desenvolvida a partir de procedimentos de codificação em dois ciclos, conforme a proposta de Saldaña (2013), resultando na construção de cinco categorias analíticas: acesso a programas esportivos para idosos; percepção de competência e enfrentamento de estigmas etários; relação entre participação esportiva, saúde e suporte social; fatores existenciais e ressignificação da vida; e construção da identidade de “idoso atleta”. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Judas Tadeu (CAAE: 31327620.6.0000.0089; parecer nº 4.011.004). Os resultados indicam que a participação em competições esportivas favorece benefícios que extrapolam o âmbito físico, contribuindo para o fortalecimento de vínculos sociais, o aumento do senso de propósito de vida, a autonomia e a ressignificação positiva da velhice, ao mesmo tempo em que evidenciam críticas relacionadas ao etarismo, à desigualdade de acesso e à necessidade de maior qualificação profissional no trabalho com essa população. Conclui-se que os idosos atletas constituem uma população em crescimento, cuja experiência esportiva contribui para redefinir sentidos sobre envelhecimento, saúde e participação social, evidenciando a importância de políticas públicas esportivas mais inclusivas e sensíveis às múltiplas formas de envelhecer.

Palavras-Chave: Envelhecimento bem sucedido; atividade física para idosos; pesquisa qualitativa.

Contato: brumanias@gmail.com

R25: Análise das necessidades psicológicas básicas e perfil sociodemográfico das atletas da seleção brasileira de basquete em cadeira de rodas

Igor Fabricio dos Santos Oliveira ^a; Marcelen Lopes Ribas ^a; Éliton Miranda da Silva^a;
Luciane Cristina Arantes ^a; Lenamar Fiorese ^a

^a Programa de Pós-Graduação Associado em Educação Física UEM/UEL

O contexto esportivo para mulheres com deficiência pode configurar-se como ferramenta promissora para o desenvolvimento pessoal, promovendo senso de pertencimento, capacidade de lidar com as próprias emoções e outras potencialidades. Neste contexto, a satisfação das necessidades psicológicas básicas,

baseada na Teoria da Autodeterminação, pode estar associada ao bem-estar psicológico, desempenho esportivo e possibilitar que atletas experimentem maior motivação intrínseca e engajamento nos treinos e competições. Diante disso, o objetivo deste estudo é descrever o perfil psicossocial das atletas da Seleção Brasileira Feminina de Basquete em Cadeira de Rodas quanto à satisfação das necessidades psicológicas e os aspectos sociodemográficos. A pesquisa caracteriza-se como descritiva e com delineamento transversal. Participaram do estudo 13 atletas da seleção brasileira feminina de basquete em cadeira de rodas, com média de $32,46 \pm 7,00$ anos, convocadas para a 7ª etapa de treinamento da seleção brasileira que visava a preparação para os Jogos Parapan-Americanos 2023. Os instrumentos utilizados foram uma ficha de identificação e a Escala de Satisfação das Necessidades Básicas no Esporte. Para a análise dos dados, foi utilizada a estatística descritiva e a normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. O projeto foi aprovado em seus aspectos éticos e metodológicos pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisas com Seres Humanos/UEM (parecer nº 6.463.994/2023). Os resultados demonstraram que as atletas residem em cinco estados

brasileiros, com destaque para o Espírito Santo ($n=4$; 30,8%) e Pará ($n=4$; 30,8%). A maioria possui Ensino Médio ($n=6$, 46,2%) e Ensino Superior Incompleto ($n=6$, 46,2%). Identificou-se que a maioria das atletas ($n=10$, 76,9 %) possuem deficiência adquirida. As atletas dedicam em média $12,77 \pm 5,08$ horas semanais para treinamentos e possuem média de $14,54 \pm 5,59$ anos de experiência. Todas as atletas ($n=13$; 100%) recebem auxílio financeiro. As análises descritivas da satisfação das necessidades psicológicas básicas evidenciaram níveis elevados para as três dimensões, com destaque para a autonomia ($Md=6,80$), seguida por relacionamento ($Md=6,67$) e competência ($Md=6,50$). Quando estratificadas em função do tempo de experiência, as análises descritivas revelaram que as atletas abaixo de 14 anos de tempo de prática perceberam-se mais satisfeitas do que aquelas com 14 anos ou mais tempo de experiência, com destaque para a autonomia ($Md=7,00$) e competência ($Md=7,00$). Conclui-se que as atletas possuem deficiência adquirida, recebem auxílio financeiro e tem escolaridade média/superior. Evidenciaram suas necessidades psicológicas satisfeitas no contexto do

paradesporto e as menos experientes sentem-se mais autônomas e competentes.

Palavras-chave: Motivação; Basquete em Cadeira de Rodas; Paratletas.

Contato: igor1515fabricio@gmail.com

R26: Fundamentos teóricos do desenvolvimento neuromotor na educação física escolarEvanir Sebastião dos Santos ^a; Fabrício Porto Matrone ^a Nathalia Bernardes ^a^a Universidade São Judas Tadeu

A infância contemporânea enfrenta a crise do sedentarismo tecnológico, fenômeno que compromete a literacia física e o desenvolvimento biopsicossocial, exigindo estratégias pedagógicas nas aulas de educação física escolar que resgatem o movimento como eixo central do aprendizado integral. Este ensaio teórico, de natureza reflexiva e fundamentado em uma revisão narrativa da literatura especializada, analisa a importância da integração entre estímulos motores e cognitivos para o fortalecimento das funções executivas e da saúde metabólica infantil. A estratégia metodológica adotada consistiu na análise crítica de obras seminais e diretrizes globais, selecionadas

pelos critérios de relevância epidemiológica e validação acadêmica nas bases da neurociência e do desenvolvimento humano. A fundamentação teórica ancora-se na Teoria do Desenvolvimento Motor de Gallahue e na Neurociência do Exercício, explorando como circuitos de equilíbrio e coordenação motora grossa atuam na plasticidade sináptica e na integridade da substância branca. Analisa-se, sob uma perspectiva endócrina, o conceito de programação metabólica, em que o estímulo físico

precoce modula respostas adaptativas para a vida adulta. As evidências teóricas demonstram que a atividade física aeróbica promove a liberação do BDNF (Brain-Derived Neurotrophic Factor), proteína essencial para a neurogênese no hipocampo, resultando em maior prontidão cognitiva, foco e regulação emocional via ativação do córtex pré-frontal. No âmbito motor, a consolidação de padrões fundamentais de atividade física é preditora de confiança física e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade juvenil. No campo psicossocial, a dinâmica do jogo lúdico favorece a gestão de frustrações e a internalização do Fair Play, competência vital para a convivência ética. Adicionalmente, ressalta-se que a literacia física adquirida nesta fase reduz a evasão da prática esportiva na adolescência. Conclui-se que a atividade física é indissociável do processo de ensino-aprendizagem, servindo como ferramenta de neuroproteção frente aos impactos da inatividade digital. As aulas de educação física escolar reafirmam seu papel como espaço indispensável de promoção de resiliência e desenvolvimento integral, influenciando diretamente a autonomia e a qualidade de vida na fase adulta.

Palavras-chave: Atividade Física; Literacia Física; Neuroplasticidade; Funções Executivas; Desenvolvimento Motor.

Contato: finosqw@gmail.com

R27: Motivação e resiliência em atletas universitários paranaenses de judô

Éliton Miranda da Silva ^a; Igor Fabricio dos Santos Oliveira ^a; Lenamar Fiorese ^a;
Luciane Cristina Arantes ^a

^a Programa de Pós-graduação Associado em Educação Física – UEM/UEL

O judô envolve exigências psicológicas que demandam recursos motivacionais e adaptativos para o enfrentamento das adversidades competitivas. Nesse sentido, a Teoria da Autodeterminação destaca a satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento como fundamentais para a motivação e o bem-estar; enquanto a resiliência refere-se à capacidade de adaptação frente a situações adversas no esporte. O presente estudo transversal, descritivo e correlacional teve como objetivo analisar a relação entre a satisfação das necessidades psicológicas básicas e a resiliência em atletas universitários paranaenses de judô. Participaram 50 atletas universitários ($21,12 \pm 2,46$ anos), participantes do 64º Jogos Universitários do Paraná em 2025. Foram aplicados ficha de identificação, Escala das Necessidades Psicológicas Básicas no Esporte (BNSSS) e a Escala de Resiliência Connor-Davidson (CD-RISC 10). O estudo foi aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa (parecer nº 4.755.647). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva, teste de Shapiro-Wilk, Mann-Whitney, Kruskal Wallis e de Spearman, adotando $p \leq 0,05$. Os atletas apresentaram escores médios superiores à média teórica das escalas tanto para satisfação das necessidades psicológicas básicas quanto para resiliência. Observou-se diferença estatisticamente significativa na comparação por sexo, na resiliência, com maiores escores entre os homens ($p=0,01$). Judocas remunerados apresentaram maior percepção de competência ($p=0,02$), assim como aqueles com maior tempo de prática na modalidade ($p=0,02$). Verificaram-se associações estatisticamente significativas e positivas entre as dimensões das necessidades psicológicas básicas e resiliência ($P \leq 0,05$). A correlação entre relacionamento e resiliência foi de magnitude fraca ($r=0,21$), enquanto autonomia ($r=0,37$) e competência ($r=0,47$) apresentaram magnitudes moderadas. Esses achados sugerem que quanto maior a satisfação das necessidades psicológicas básicas, maiores tendem a ser as percepções de resiliência no contexto universitário paranaense de judô. Conclui-se que a satisfação das necessidades psicológicas básicas está positivamente associada à resiliência em atletas universitários de judô. Esses

achados indicam que intervenções no contexto universitário devem priorizar estratégias que promovam autonomia, reforcem a percepção de competência e favoreçam vínculos interpessoais, como forma de potencializar a adaptação psicológica às demandas competitivas.

Palavras-chave: Esporte; Motivação; Resiliência.

Contato: elitonmirandas30@gmail.com

R28: Prática regular de treinamento de força no climatério: implicações físicas, autonômicas e comportamentais

Fabio Amorim ^a; Nathalia Bernardes ^a

^a Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

O climatério é caracterizado por alterações hormonais que impactam composição corporal, modulação autonômica, desempenho cognitivo e qualidade de vida, aumentando o risco cardiometabólico. Embora os benefícios do exercício físico estejam

consolidados, evidências recentes indicam que o principal desafio reside na adesão sustentada e na consolidação do comportamento ativo. Assim, investigar mulheres que

já mantêm prática regular de treinamento de força permite compreender repercussões associadas a um padrão comportamental consolidado. O objetivo deste estudo é analisar

a associação da prática regular de treinamento de força em mulheres no climatério com

indicadores físicos, autonômicos e comportamentais. Trata-se de estudo observacional

transversal, aprovado por Comitê de Ética (CAAE: 93112025.7.0000.0081), com resultados parciais de 30 mulheres entre 40 e 65 anos (idade média $47,4 \pm 6,4$ anos), praticantes de treinamento de força há pelo menos seis meses, com frequência mínima

de três sessões semanais. Foram incluídas mulheres com diagnóstico clínico ou autorrelato compatível com climatério e prática regular sem interrupções prolongadas;

foram excluídas participantes com doenças crônicas descompensadas ou limitações osteoarticulares recentes que impedissem a prática do exercício. Foram avaliados nível

de atividade física (IPAQ-S), perfil nutricional (QFA), hábito intestinal (BSFS), qualidade do sono (PSQI), qualidade de vida (WHOQOL-BREF), bem-estar subjetivo (SWLS), desempenho cognitivo (MMSE e Stroop), composição corporal (bioimpedância InBody120), força muscular (handgrip test) e modulação autonômica (COMPASS-31), além de questionário sociodemográfico e clínico. Os dados parciais indicam elevada adesão ao comportamento ativo, com 93,8% relatando prática regular

de atividade física e 93,8% incluindo musculação como principal modalidade. A frequência predominante foi de três a cinco sessões semanais (75%), com duração média entre 61 e 90 minutos (87,5%). Observou-se elevada autopercepção positiva de saúde (81,3% classificaram como excelente, muito boa ou boa), baixa prevalência de tabagismo atual (12,5%) e ausência de dificuldade para atividades diárias em 87,5% das participantes. Esses achados preliminares sugerem que a prática regular de treinamento de força está associada a perfil favorável de funcionalidade, autopercepção de saúde e manutenção do comportamento ativo no climatério, reforçando sua relevância como estratégia não farmacológica para promoção do envelhecimento feminino saudável.

Palavras-Chave: Treinamento de força; Climatério; Mudança de comportamento; Adesão; Envelhecimento.

Contato: personafit10@gmail.com

R29: Diversificar para motivar: atividades corporais diversificadas e a participação dos estudantes na Educação Física escolar

Werlayne Leite ^{a,b,c}; Marcelo Callegari Zanetti ^c

^a Secretaria de Educação do Estado do Ceará – SEDUC

^b Secretaria de Educação de Fortaleza – SME

^c Universidade São Judas Tadeu - USJT

A motivação dos estudantes nas aulas de Educação Física escolar tem sido amplamente reconhecida na literatura como elemento central para o engajamento e a participação ativa nas práticas corporais. Pesquisas indicam que a predominância de conteúdos repetitivos e centrados em esportes tradicionais pode gerar desinteresse entre estudantes, especialmente daqueles com menor afinidade ou habilidade nessas modalidades. Nesse contexto, a inserção de atividades corporais diversificadas no currículo escolar pode favorecer a participação voluntária e reduzir a sensação de exclusão. À luz da Teoria da Autodeterminação (TAD), essa diversificação tende a

apoiar as necessidades de autonomia e competência, contribuindo para um ambiente mais inclusivo e motivador. Este trabalho configurou-se como um relato de experiência descritivo e teve como objetivo analisar como a inserção de atividades corporais diversificadas nas aulas de Educação Física se relacionava com a motivação, o engajamento e a participação dos estudantes. A experiência foi desenvolvida em uma escola de ensino médio em tempo integral, localizada em Fortaleza-CE, durante o 3º bimestre letivo (agosto-setembro de 2025). Participaram 12 turmas: cinco do 1º ano, quatro do 2º ano e três do 3º ano, com aulas realizadas na carga horária regular. O planejamento das atividades foi divulgado previamente pelo professor, buscando estimular curiosidade e interesse. Foram selecionadas as modalidades de hóquei, tênis e badminton, considerando a disponibilidade de materiais. Foram realizadas três aulas de hóquei, duas de tênis e duas de badminton, totalizando sete aulas. Como critério de análise, comparou-se a frequência média de participação dos estudantes no bimestre anterior (atividades tradicionais) com a do bimestre com atividades diversificadas. Observou-se um aumento de 17,5% na média de estudantes presentes nas aulas, interpretado, à luz da TAD, como um indício pedagógico de maior engajamento, e não como medida formal de motivação. Apesar de variações entre as turmas, o incremento foi geral, sugerindo maior adesão dos estudantes. Observações do professor indicaram maior entusiasmo, participação voluntária e interação entre os estudantes, bem como um clima de aula mais participativo. Contudo, a experiência também revelou desafios, como resistência inicial de alguns estudantes às novas modalidades e limitação de materiais para outras práticas (por exemplo, goalball), indicando necessidade de planejamento cuidadoso e sensibilização prévia. Conclui-se que a incorporação sistemática de atividades corporais diversificadas constitui uma estratégia pedagógica promissora para ampliar a motivação e a participação discente, contribuindo para enfrentar o desinteresse ainda presente em muitos contextos escolares e fortalecer uma Educação Física mais inclusiva e significativa.

Palavras-chave: Atividades corporais diversificadas; Motivação; Aulas de Educação Física; Ensino Médio.

Contato: werlaynestuart@yahoo.com.br

R30: Processos motivacionais no powerlifting paralímpico: um ensaio teórico à luz da Teoria da Autodeterminação em uma experiência de iniciação científica

Gustavo Barbosa de Souza ^{a,b}; Lucca Miacci Rebelo^b; Marcelo Callegari Zanetti ^{a,c}

^a Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência 2025

^b Universidade Anhembi Morumbi, UAM, São José dos Campos, SP Brasil

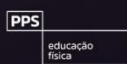
° Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP Brasil

A motivação no esporte tem sido frequentemente compreendida a partir de modelos centrados no desempenho, na disciplina e na superação constante de limites. No contexto do powerlifting paralímpico, essas interpretações tendem a ser intensificadas, muitas vezes desconsiderando os processos emocionais e motivacionais que sustentam a permanência do atleta na prática esportiva. À luz da Teoria da Autodeterminação, a motivação é entendida como um fenômeno qualitativo, dinâmico e sensível ao contexto, fortemente associado ao apoio às necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento. O presente ensaio teórico, desenvolvido no âmbito de uma experiência de Iniciação Científica, teve como objetivo discutir os processos motivacionais envolvidos no powerlifting paralímpico, especialmente em contextos competitivos de elevado nível de exigência física, emocional e simbólica, problematizando leituras reducionistas que associam o engajamento esportivo exclusivamente à força de vontade, resiliência ou recompensa externa. A partir de uma análise conceitual e reflexiva, argumenta-se que a motivação esportiva não pode ser compreendida como um estado estável ou linear, mas como um processo que emerge da interação entre experiências emocionais, significados atribuídos ao treinamento e às competições, relações interpessoais e condições ambientais. Nesse sentido, o suporte à competência relaciona-se à percepção de progresso técnico, domínio das tarefas e sensação de eficácia no desempenho esportivo. O relacionamento assume papel central na construção de pertencimento, reconhecimento e apoio social no ambiente de treino e competição, especialmente em modalidades nas quais o vínculo com treinadores, colegas e equipe de apoio exerce influência direta sobre a permanência na prática. A autonomia, por sua vez, manifesta-se na possibilidade de participação ativa nas decisões relacionadas ao treinamento, à gestão da carga e à definição de metas, favorecendo maior identificação com o processo esportivo. O ensaio também discute como contextos excessivamente controladores podem comprometer a qualidade da motivação, mesmo em modalidades caracterizadas por altos níveis de exigência e comprometimento. Ao integrar os pressupostos da Teoria da Autodeterminação com reflexões sobre o esporte paralímpico, amplia-se a compreensão dos fatores que sustentam o engajamento e a continuidade no powerlifting para além do desempenho competitivo. Conclui-se que abordagens motivacionais baseadas no apoio às necessidades psicológicas básicas oferecem um referencial robusto para qualificar práticas de treinamento e acompanhamento esportivo, promovendo experiências mais sustentáveis, significativas e alinhadas ao desenvolvimento humano, ao mesmo

REALIZAÇÃO



sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu



PPS
educação
física



Lpmdh
Laboratório de Psicologia
Motivacional e do Desenvolvimento Humano



ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO



CAPES



GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIR e RECONSTRUIR



FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO



Atleta
Campeão

tempo em que evidenciam o potencial formativo da Iniciação Científica como espaço de amadurecimento teórico e crítico na formação inicial de estudantes de graduação.

Palavras-Chave: Motivação; Teoria da Autodeterminação; Powerlifting paralímpico; Processos motivacionais; Iniciação Científica.

Contato: gb.dsouza08@gmail.com

R31: Palhaços hospitalares e qualidade da regulação motivacional: uma análise à luz da Teoria da Autodeterminação

Gustavo Barbosa de Souza ^{a,b}; Lucca Miacci Rebelo ^b; Marcelo Callegari Zanetti ^{a,c}

^a Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência 2025

^b Universidade Anhembi Morumbi, UAM, São José dos Campos, SP Brasil

^c Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP Brasil

A atuação de palhaços hospitalares tem sido tradicionalmente compreendida como estratégia de humanização associada à melhora do humor e à redução momentânea do estresse em contextos de hospitalização. No entanto, permanece pouco problematizado o modo como tais intervenções podem incidir sobre a qualidade da regulação motivacional em ambientes estruturalmente marcados por restrição de agência, heterorregulação de decisões e predominância de demandas externas. A experiência hospitalar tende a configurar-se como contexto potencialmente controlador, no qual rotinas rígidas, procedimentos invasivos e decisões mediadas por profissionais reorganizam hierarquias de controle, limitando a percepção de escolha e deslocando a fonte de regulação para contingências externas. Nesse cenário, a autonomia percebida é reduzida, o senso de competência pode ser fragilizado por condições clínicas e a conexão interpessoal torna-se frequentemente funcional e instrumental. Este ensaio propõe analisar a atuação de palhaços hospitalares à luz da Teoria da Autodeterminação, avançando a hipótese de que tais intervenções podem funcionar como microcontextos regulatórios alternativos, capazes de promover deslocamentos transitórios na qualidade da motivação. Trata-se de um ensaio teórico de natureza analítico-interpretativa, desenvolvido por meio de articulação conceitual entre psicologia motivacional e fundamentos da neurociência afetiva. Argumenta-se que, ao introduzir espaços simbólicos de escolha, reciprocidade e expressão emocional, a intervenção pode favorecer a satisfação das necessidades psicológicas básicas e ampliar temporariamente a percepção de agência, mesmo em ambiente estruturalmente controlador. Do ponto de vista neuroafetivo, interações socialmente seguras podem integrar sistemas motivacionais de aproximação e mecanismos de

regulação do estresse, modulando a valência afetiva atribuída ao contexto hospitalar e tornando-o menos ameaçador. Essa reorganização afetiva não implica eliminação da adversidade clínica, mas pode reduzir a intensidade de respostas defensivas e criar condições para um deslocamento qualitativo na fonte de regulação do comportamento. Ao favorecer processos de internalização mais integrados, a intervenção pode tornar as demandas terapêuticas progressivamente mais identificadas, diminuindo a resistência reativa e favorecendo cooperação voluntária, persistência e maior abertura relacional. Propõe-se, portanto, que intervenções lúdico-relacionais possam operar como dispositivos de transição regulatória, transformando momentaneamente padrões predominantemente controlados em experiências mais autodeterminadas, com repercussões sobre padrões comportamentais e trajetórias de desenvolvimento em contextos de cuidado e vulnerabilidade. Essa leitura reposiciona a atuação de palhaços hospitalares não apenas como prática de alívio emocional, mas como intervenção que incide sobre estruturas motivacionais e dinâmicas comportamentais fundamentais.

Palavras-chave: Qualidade da motivação; Regulação emocional; Palhaços hospitalares; Comportamento; Desenvolvimento humano.

Contato: gb.dsouza08@gmail.com

R32: A função cognitiva modula a resposta do desempenho de potência ao treinamento físico em mulheres idosas

Antonio Marcos Andrade da Costa ^a; Nathalia Bernardes ^a

^a Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo

O treinamento físico é crucial para a capacidade funcional em idosos, mas a variabilidade nas respostas individuais é um desafio. Fatores psicossociais e cognitivos podem influenciar esses resultados, e seu papel como moderadores dos efeitos do treinamento é pouco explorado. Este estudo investigou se a qualidade de vida (QV) e a função cognitiva (FC) moderam os efeitos de diferentes intervenções no desempenho físico funcional em mulheres idosas. Este Ensaio Clínico Randomizado (Nº:7.742.268) incluiu 61 mulheres idosas ($69,9 \pm 7,8$ anos). As intervenções de 14 semanas foram: (1) Pré-condicionamento Isquêmico + Treinamento de Salto (PCI+SV), (2) SHAM + Treinamento de Salto (SHAM+SV), (3) Somente Salto (SV) e (4) Treinamento Multicomponente (TMC). O desempenho físico (Vertical Jump - VJ; Timed Up and Go - TUG), a QV (WHOQOL-bref) e a FC (Teste Stroop) foram avaliados pré e pós-intervenção. Para analisar os efeitos de moderação, foram empregados

modelos de regressão linear com termos de interação, utilizando a mudança padronizada (pós-pré) nas variáveis moderadoras (QV e FC). Não foram observados efeitos de moderação estatisticamente significativos para nenhum dos domínios da qualidade de vida (todos $p > 0,05$). No entanto, a função cognitiva emergiu como um moderador robusto e significativo para os ganhos de potência de membros inferiores (VJ). A mudança no tempo de execução do CARD 3 do Teste Stroop (flexibilidade mental) moderou significativamente o efeito da intervenção no VJ ($F=6,44$, $p=0,0011$, $\Delta R^2 = 0,3022$), indicando que 30,22% da variância adicional no VJ foi explicada pela inclusão dos termos de interação. As interações foram significativas para os grupos PCI+SV ($\beta = 3,21$; $p = 0,011$), SHAM+SV ($\beta = 4,57$; $p = 0,009$) e SV ($\beta = 8,25$; $p < 0,001$). Um aumento de 1 desvio padrão na dificuldade de flexibilidade mental (maior tempo no CARD 3) foi associado a um aumento de 3,21 a 8,25 cm no VJ, dependendo do grupo. Adicionalmente, a melhora na precisão (redução de erros) nos cards de inibição cognitiva (CARD 2) e flexibilidade mental (CARD 3) também moderou os ganhos no VJ para grupos de intervenção específicos ($p < 0,05$). A função cognitiva, especificamente a função executiva, mas não a qualidade de vida, modula significativamente a resposta do desempenho de potência ao treinamento físico em mulheres idosas. Estes achados sugerem que a avaliação da função cognitiva é uma ferramenta importante para personalizar programas de exercícios, otimizando os resultados funcionais na população idosa.

Palavras-chave: Envelhecimento; Função Executiva; Desempenho Físico; Moderação.

Contato: antoniomarcoshand@gmail.com

R33: A Teoria da Autodeterminação aplicada ao treinamento de força: um relato de experiências profissionais sobre competência, relacionamento e autonomia

Igor Augusto Vargas ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^b;

^a Profissional de Educação Física e Personal Trainer, Campo Grande, MT

^b Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

A prática profissional no treinamento de força envolve processos que ultrapassam a prescrição técnica do exercício, incorporando dimensões motivacionais e relacionais que influenciam diretamente a adesão, o engajamento e a continuidade da prática ao longo do tempo. Nesse contexto, o profissional de Educação Física assume papel central na criação de ambientes que favoreçam experiências mais significativas e sustentáveis. À luz da Teoria da Autodeterminação, a manutenção do comportamento ativo está associada ao apoio às necessidades psicológicas básicas de competência,

relacionamento e autonomia, que influenciam a qualidade da motivação e o modo como os indivíduos se vinculam ao exercício físico. O presente trabalho teve como objetivo relatar e analisar experiências profissionais no contexto do treinamento de força, discutindo como estratégias intencionais voltadas ao apoio dessas necessidades podem favorecer maior internalização da motivação, engajamento e compromisso dos praticantes. Trata-se de um relato de experiência de natureza qualitativa e reflexiva, construído a partir de observações sistemáticas da prática profissional realizadas ao longo de aproximadamente seis meses de acompanhamento em contexto de academia comercial. A experiência envolveu praticantes com perfis diversos, incluindo indivíduos com idade aproximada entre 25 e 30 anos, entre 35 e 40 anos e também praticantes na faixa de 60 a 70 anos, com diferentes níveis de familiaridade com o treinamento de força. As observações foram registradas em diário de campo e posteriormente organizadas por meio de categorias previamente definidas com base na Teoria da Autodeterminação, complementadas por categorias emergentes identificadas ao longo da prática profissional. As experiências foram sistematizadas considerando três dimensões centrais. No que se refere à competência percebida, estratégias como definição de metas progressivas, feedback informacional e valorização da percepção de progresso favoreceram sentimentos de eficácia, confiança e satisfação com o desempenho, contribuindo para maior persistência diante dos desafios do treino. Em relação ao relacionamento interpessoal, a construção de vínculos baseados em escuta ativa, interesse genuíno e acolhimento mostrou-se relevante para ampliar o senso de pertencimento e a adesão à prática, especialmente entre praticantes iniciantes ou com histórico de baixa familiaridade com o exercício físico. No que diz respeito à autonomia, a ampliação das possibilidades de escolha, o reconhecimento das preferências individuais e a construção compartilhada do planejamento do treino contribuíram para maior senso de controle, identificação com a prática e continuidade do comportamento, mesmo em contextos de rotina intensa ou mudanças pessoais significativas. De modo geral, observou-se que a integração entre prescrição técnica e estratégias motivacionais alinhadas à Teoria da Autodeterminação favoreceu maior engajamento, satisfação e comprometimento com o treinamento. Conclui-se que a aplicação intencional desses princípios no treinamento de força pode constituir estratégia pedagógica relevante para profissionais da área, contribuindo para qualificar práticas de intervenção que promovam não apenas desempenho, mas também bem-estar, desenvolvimento humano e manutenção sustentada da prática de exercício físico.

Palavras-Chave: Motivação; Teoria da Autodeterminação; Treinamento de força; Relato de experiência; Necessidades Psicológicas Básicas.

Contato: igoraugustovargas@gmail.com

R34: Efeitos do treinamento físico em parâmetros hemodinâmicos, autonômicos e de capacidade física no Parkinson: uma revisão sistemática

Gabriela Nunes da Silva ^a; Carolina da Costa Cerqueira ^b; Larissa Rodrigues Moreira^c;
Leonardo Ribeiro Miedes ^c; Thais Miriã Da Silva Santos ^c; Íris Callado Sanches ^c;
Nathalia Bernardes ^c

^a Universidade do Sul de Santa Catarina

^b UNIFACS

^c Universidade São Judas Tadeu

A doença de Parkinson (PK) é um transtorno neurodegenerativo progressivo caracterizado pela perda de neurônios dopaminérgicos da substância negra, resultando em comprometimento motor e disfunção autonômica. Manifestações não motoras, como fadiga, distúrbios do sono e alterações cardiovasculares, impactam negativamente a qualidade de vida e o pleno desenvolvimento humano dos indivíduos acometidos. O objetivo desta revisão sistemática foi investigar as evidências científicas sobre os efeitos de diferentes modalidades de treinamento físico em parâmetros hemodinâmicos, autonômicos e de capacidade física em pessoas com PK. A metodologia seguiu rigorosamente as diretrizes PRISMA, utilizando a estratégia PICOS para estruturar a busca em bases de dados como PubMed, Cochrane Library, Embase e Web of Science durante o período de março a dezembro de 2025. Ressalta-se que a presente revisão sistemática não foi registrada em bases de dados de protocolos de revisão, tendo seguido protocolo interno de pesquisa institucional. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados que avaliaram pressão arterial, frequência cardíaca, controle autonômico e capacidade física. A qualidade metodológica foi analisada pela ferramenta RoB 2. Dos 3.163 registros iniciais, 23 estudos preencheram os critérios de elegibilidade. Os resultados demonstraram que o exercício físico promoveu ganhos consistentes: a força muscular melhorou em 78,3% dos estudos e a mobilidade funcional em 73,9%. No âmbito do desenvolvimento humano, a restauração da funcionalidade motora global e da marcha atua como um potente reforço motivacional para a adesão ao tratamento, rompendo o ciclo de inatividade e devolvendo autonomia ao paciente. Observou-se também melhora na modulação simpática cardíaca e nas respostas pressóricas ao estresse ortostático, aproximando os pacientes de padrões de normalidade. A segurança das intervenções foi alta, com apenas 21,7% dos estudos relatando eventos adversos leves. Em relação à avaliação metodológica dos ensaios clínicos randomizados incluídos nesta revisão,

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de
Pesquisa em
Motricidade Humana

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

realizada por meio da RoB 2, os resultados apontam para qualidade metodológica moderada do conjunto de evidências disponíveis, com limitações que devem ser consideradas na interpretação dos efeitos das intervenções sobre os desfechos avaliados. Conclui-se que a atividade física deve ser compreendida como uma estratégia central para a modificação comportamental e promoção da saúde. Ao mitigar sintomas e elevar a percepção de autoeficácia, o treinamento físico fortalece o vínculo do indivíduo com um estilo de vida ativo e funcional. Apesar da heterogeneidade dos protocolos, as evidências sustentam que o exercício é uma estratégia segura para a reabilitação biopsicossocial na doença de Parkinson.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Exercício Físico; Motivação; Autonomia; Reabilitação.

Contato: sgabnunes@gmail.com

R35: Entre a expressão artística e a hipersexualização: dança, cultura juvenil e alfabetização corporal

Jessica de Oliveira Pontes Nóbrega ^a; Mesaque Silva Correia ^b; Bruna Gabriela Marques ^a

^a Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, SP, Brasil

^b Universidade Federal do Piauí (UFPI), Teresina, PI, Brasil

A dança, enquanto linguagem artística e prática corporal historicamente constituída, tem sido tensionada na contemporaneidade por processos de hipersexualização intensificados pela cultura midiática e pela lógica do espetáculo, que privilegiam a visibilidade do corpo em detrimento de sua dimensão simbólica e expressiva. Nesse contexto, especialmente no âmbito escolar, emergem conflitos pedagógicos relacionados à presença de repertórios dançantes das culturas juvenis, frequentemente associados à sensualidade precoce e à erotização do corpo, sobretudo feminino. Diante desse cenário, o presente ensaio teórico tem como objetivo dialogar criticamente sobre a relação entre dança, expressão artística e hipersexualização na perspectiva da alfabetização corporal, compreendendo tal fenômeno como social e historicamente produzido. Trata-se de uma pesquisa de natureza teórico-reflexiva, fundamentada em revisão bibliográfica de autores da dança, da teoria histórico-cultural, dos estudos sobre mídia e cultura, da colonialidade e da Educação Física crítica, articulando contribuições de Laban, Debord, Postman, Sodré, Quijano, Ronchi e Bona, Correia, entre outros. Os resultados indicam que a hipersexualização da dança não reside no movimento em si, mas nas mediações

sociais, pedagógicas e culturais que atravessam o corpo que dança, incidindo de maneira desigual sobre corpos juvenis e racializados. Evidencia-se que a redução da dança à imediatividade do gesto e à exposição corporal favorece leituras moralizantes e erotizadas, especialmente quando associada a padrões normativos de gênero, beleza e desempenho. Ao mesmo tempo, estudos empíricos sobre dança na escola revelam que estudantes vivenciam sentimentos de vergonha e constrangimento diante da exposição corporal, demonstrando que a hiperssexualização é também efeito de relações de poder, vigilância e controle presentes no ambiente educativo. Nesse sentido, a alfabetização corporal emerge como mediação teórica e pedagógica fundamental, ao compreender o corpo como linguagem, experiência histórica e princípio educativo, possibilitando a leitura crítica dos movimentos, de seus contextos e de suas intencionalidades. Conclui-se que a alfabetização corporal contribui para a construção de práticas pedagógicas emancipadoras, nas quais a dança se afirma como produção de sentidos, expressão cultural e experiência estética, superando tanto a censura moral quanto a reprodução acrítica de estéticas midiáticas e reafirmando seu potencial formativo, humanizador e transformador no contexto da Educação Física escolar.

Palavras-chave: Dança; Alfabetização corporal; Hiperssexualização; Cultura Juvenil; Educação Física.

Contato: jessicaolvrpontes@gmail.com

R36: Motivação em atletas universitários: o que os instiga a continuar?

Bruna Feitosa de Oliveira ^{a,b}; Carita Pelição ^{a,b}; Afonso Antonio Machado ^{a,b}

^a Universidade Estadual “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP)

^b Laboratório de Estudos e Pesquisa em Psicologia do Esporte (LEPESPE)

A motivação consiste na direção e intensidade do esforço empregado em determinada tarefa. A Teoria da Autodeterminação propõe que a motivação ocorre quando três necessidades básicas são satisfeitas: autonomia, competência e pertencimento. O objetivo desse estudo foi analisar o engajamento de atletas universitários de voleibol na modalidade. O estudo foi delineado como qualitativo descritivo e participaram dele 19 atletas universitários de voleibol do sexo masculino com idade entre 18 e 30 anos e tempo de prática de 6,42 anos (DP = 3,18). Os dados foram coletados na plataforma Google Formulários, utilizando nove questões abertas sobre os motivos para ingressar e manter-se no voleibol, com duração estimada em 15 minutos. Os dados foram analisados no software IRAMUTEQ a partir das estatísticas descritivas e análise de

similitude. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Biociências da UNESP de Rio Claro, sob o número de parecer 6.051.170. Os participantes relataram ter acessado o voleibol prioritariamente na escola e por meio da família, mas também houve influência das mídias tradicionais, amigos e clube esportivo. Os motivos para praticar a modalidade centram-se na influência de amigos e professores, bem como a curiosidade e experiências positivas com o esporte. Participantes atribuíram à prática do voleibol benefícios como a manutenção da saúde física e mental, o desenvolvimento de aspectos sociais (trabalho em equipe, interação social e novas amizades), físicos (agilidade e coordenação motora), cognitivos (raciocínio e concentração) e afetivos (aumento da felicidade e prazer e redução do estresse). Todos os participantes afirmaram querer continuar praticando a modalidade por terem interesse em melhorar suas habilidades (técnicas e táticas) e pelo prazer em jogar e pertencer ao grupo. Para os participantes, o trabalho coletivo, entrosamento, dedicação e amizade são fatores essenciais para o sucesso e satisfação na modalidade. A partir dos resultados é possível identificar as três necessidades descritas na Teoria da Autodeterminação, demonstrando a importância de estar atento para esses aspectos enquanto técnico ou professor para engajar alunos, fornecendo estímulos para desenvolvimento técnico-tático, interação social e autonomia de forma integrada. Além disso, o papel da escola e família como motivadores para iniciar a prática são indicativos da importância dessas instituições para o estímulo e reforço da prática de esportes e/ou exercício físico. Em suma, o engajamento de atletas universitários de voleibol está fortemente relacionado com o desenvolvimento de habilidades, com pertencimento a um grupo e com o manejo de emoções e estresse.

Palavras-chave: Motivação; Voleibol; Aderência; Esporte universitário.

Contato: brufeitosa7@gmail.com

R37: Fenótipos de aptidão física e a proteção contra a fragmentação do sono em universitários: uma análise de perfil latente

Marcus Vinicius Maia Lima Leal ^a

^a Discente do Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano (UFPA)

A literatura atual sugere que a aptidão física atua como um biomarcador sistêmico de saúde. No entanto, a maioria dos estudos analisa componentes isolados, ignorando a sinergia entre força muscular e capacidade cardiorrespiratória. No contexto

universitário, no qual a privação de sono é mais comum, pouco se sabe sobre como um perfil integrado de aptidão física pode atuar como fator neuroprotetor contra os distúrbios do sono e a fragmentação noturna, variáveis críticas para a saúde mental de estudantes universitários. O estudo busca identificar perfis latentes de aptidão física e verificar o efeito desses perfis com a prevalência de distúrbios do sono em estudantes universitários. Trata-se de um estudo transversal vinculado ao projeto multicêntrico Unilife-M, com amostra de 219 universitários, sendo 99 do sexo masculino e 120 do feminino, com média de idade de $22,8 \pm 7,2$ anos. A aptidão física foi avaliada por três dimensões motoras: 1) Força Isométrica (Dinamometria Manual); 2) Potência Muscular (Salto Vertical); e 3) Aptidão Cardiorrespiratória (20m Shuttle Run Test). O desfecho analisado foi o componente "Distúrbios do Sono" presente no domínio 5 do Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI). A análise foi realizada no Jamovi 2.6.26, utilizou-se a Análise de Perfil Latente (LPA) para identificar os subgrupos, em seguida empregou-se o teste t de Student para amostras independentes, adotando significância de $p < 0,05$. O projeto foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos da Universidade Federal de Santa Maria (CAAE: 55481422.5.2002.5346). A LPA identificou 2 perfis latentes distintos na amostra: perfil de alta aptidão ($n=146$; 66,7%), caracterizado por desempenho superior simultâneo em força, potência e resistência cardiorrespiratória; perfil de baixa aptidão ($n=73$; 33,3%), caracterizado por baixo desempenho nas três valências motoras. A análise revelou diferenças estatisticamente significativas nos distúrbios do sono entre os perfis identificados ($t(217) = 3,56$; $p < 0,001$). O grupo de baixa aptidão apresentou escores superiores em relação ao grupo de maior aptidão (Diferença Média = 2,11; IC 95%: 0,94 a 3,28), demonstrando um tamanho de efeito moderado ($d = 0,51$). Estudantes que mantêm um fenótipo de alta aptidão física combinada apresentam menos distúrbios do sono do que seus pares com baixa aptidão. Estes achados sugerem que a integridade neuromuscular e metabólica oferece uma reserva fisiológica que protege a continuidade do sono contra os estressores da rotina universitária, reforçando a importância de estratégias de promoção de atividade física multicomponente no campus.

Palavras-chave: Aptidão Física; Transtornos do Sono-Vigília; Estudantes; Força Muscular; Aptidão Cardiorrespiratória.

Contato: marcusufpa22@gmail.com

R38: Iniquidade motivacional e movimento humano: uma análise à luz da Teoria da Autodeterminação

Laís dos Santos da Silva ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^{a,b}

^a Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência 2025

^b Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

A discussão sobre diversidade e justiça social no campo do movimento humano frequentemente enfatiza barreiras estruturais de acesso à atividade física, mas nem sempre explicita os mecanismos psicológicos pelos quais tais barreiras incidem sobre engajamento, permanência e desenvolvimento ao longo da vida. Este ensaio propõe analisar essas dinâmicas à luz da Teoria da Autodeterminação, argumentando que contextos marcados por discriminação, estigmatização corporal, invisibilidade identitária ou baixa representatividade podem ser compreendidos como ambientes estruturalmente controladores que frustram sistematicamente as necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e pertencimento. Trata-se de um ensaio teórico de natureza analítico-conceitual, fundamentado na articulação crítica entre os pressupostos da Teoria da Autodeterminação e debates contemporâneos sobre diversidade, justiça social e movimento humano. No âmbito da atividade física e do exercício, experiências reiteradas de julgamento corporal, comparação social depreciativa ou exclusão simbólica podem deslocar a fonte de regulação do comportamento para formas predominantemente externas ou introjetadas, nas quais a prática é mantida por pressão, culpa ou busca de validação, e não por identificação integrada com valores de saúde e bem-estar. Esse deslocamento qualitativo da regulação tende a produzir padrões comportamentais mais instáveis, menor autorregulação do esforço e maior vulnerabilidade ao abandono diante de obstáculos contextuais. A frustração crônica da necessidade de pertencimento compromete o vínculo com ambientes de prática corporal, favorecendo ciclos motivacionais desadaptativos caracterizados por adesão intermitente e evasão precoce. Pode-se argumentar, nesse sentido, que contextos excludentes produzem uma forma de iniquidade motivacional, na qual determinados grupos têm acesso não apenas limitado aos espaços de prática corporal, mas também restrito às condições psicológicas necessárias para internalizar de modo integrado os valores associados ao movimento humano. A desigualdade opera, portanto, também na qualidade da experiência motivacional oferecida, afetando a forma como o exercício é significado, incorporado à identidade e sustentado ao longo do tempo. Sob essa perspectiva, justiça social no campo da atividade física envolve a transformação da arquitetura motivacional dos ambientes de prática, de modo a sustentar experiências reais de agência, reconhecimento e conexão significativa. Ambientes que promovem apoio à

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia do Movimento Humano e da Dança

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIBS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

autonomia, valorização da competência percebida e inclusão relacional tendem a favorecer regulações mais identificadas e integradas, ampliando persistência, autorregulação comportamental e trajetórias sustentáveis de engajamento corporal ao longo da vida. Integrar diversidade, motivação e movimento humano implica reconhecer que a organização social dos contextos corporais incide diretamente sobre padrões de comportamento, saúde e desenvolvimento humano, podendo tanto reproduzir exclusões quanto promover inclusão sustentável.

Palavras-Chave: Diversidade; Qualidade da motivação; Atividade física; Pertencimento; Desenvolvimento humano.

Contato: laissilva3292@gmail.com

**R39: Impacto da iniciação científica na avaliação da aptidão física em adolescentes:
um relato de experiência profissional**

Fabício Matrone ^a; Thaís Miriã da Silva Santos ^a; Leonardo Ribeiro Miedes ^a;

Evanir Sebastião dos Santos ^a; Nathalia Bernardes ^a

^a Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

A prática profissional na Educação Física em adolescentes, exige uma compreensão profunda das transformações biológicas e sociais que marcam esse estágio de transição para a vida adulta. O presente estudo teve como objetivo relatar e refletir sobre uma experiência profissional durante a execução de um projeto de iniciação científica que investigou o impacto do comportamento sedentário na aptidão física em adolescentes estudantes de uma EMEF (Escola Municipal de Ensino Fundamental). Durante vivência observou-se a relevância da Educação Física como estratégia de intervenção frente ao sedentarismo, obesidade, além de distúrbios nutricionais crescentes que comprometem o desenvolvimento juvenil e aumentam os riscos cardiovasculares a longo prazo. A experiência me permitiu aplicar, no contexto escolar, estratégias de avaliação que integram a prescrição técnica à realidade biopsicossocial dos alunos. A metodologia adotada para este relato consistiu na análise reflexiva dos registros coletados durante a aplicação de protocolos validados (CAAE: 63908622.3.0000.0089). Foram utilizados o questionário IPAQ-S para caracterizar o nível de atividade física e o Stroop Color Test para o desempenho cognitivo. Além disso, realizou-se uma bateria de testes de aptidão física, incluindo o teste de Cooper (capacidade cardiorrespiratória), Banco de Wells (flexibilidade), Shuttle Run (agilidade), testes de impulsão vertical e horizontal (potência muscular) e o teste de Zig-Zag (velocidade). Os dados foram submetidos ao teste de normalidade de Shapiro-Wilk. Para a análise estatística, utilizou-se a ANOVA de uma Via e a

Correlação de Pearson. Essa abordagem permitiu uma análise multidimensional da saúde dos discentes, uma vez que integrou variáveis motoras, cognitivas e comportamentais, indo além do desempenho físico isolado. Os resultados observados durante a coleta de dados revelaram que os grupos classificados como ativos (GAM e GAF) apresentaram desempenho superior em variáveis críticas de aptidão física, como flexibilidade e capacidade aeróbica, em comparação aos grupos sedentários. Um dado relevante da experiência foi o tempo médio sentado do Grupo Sedentário Masculino durante a semana (1868 ± 315 min), valor significativamente superior aos grupos ativos, o que indica a prevalência do comportamento sedentário na rotina escolar. Por outro lado, não foram verificadas diferenças significativas no desempenho cognitivo ou no tempo de sono entre os grupos analisados. Esses achados reforçam, no contexto da prática profissional, que a integração entre a prática acadêmica e a realidade escolar na cidade de São Paulo reforça o papel fundamental do profissional de Educação Física na promoção de estilos de vida ativos. A experiência demonstrou que ambientes que incentivam o exercício regular favorecem respostas físicas positivas, sendo essencial para mitigar os riscos do sedentarismo e promover a saúde geral dos adolescentes de forma sustentável.

Palavras-Chave: Adolescentes; Sedentarismo; Comportamento Sedentário; Nível de Atividade Física; Aptidão Física.

Contato: fabmatrone34@gmail.com

**R40: Ações para aderência da população idosa em aulas de práticas corporais:
relato de experiência profissional**

Regina Emiko Yamamoto ^a; Profa. Dra. Nathalia Bernardes ^b

^a Secretaria de Esportes e Prática Esportiva de Santo André, SP, Brasil

^b Universidade São Judas Tadeu, USJT-Mooca, SP, Brasil

A população idosa ultrapassou a marca de 700 milhões de pessoas no mundo. O envelhecimento promove diversas mudanças que impactam a qualidade de vida da pessoa. Desta forma, inúmeros estudos buscam compreender os fatores associados a uma longevidade com qualidade. A prática regular de atividade física é uma estratégia eficaz para atenuar esses declínios, visto que promove benefícios em diferentes dimensões da saúde, favorecendo maior autonomia e bem-estar. Desta forma, criar estratégias para aderência nas aulas coletivas de práticas corporais, baseadas na atenção as Necessidades Psicológicas Básicas (NPB) são de extrema importância. O presente relato de experiência, contém estratégias baseadas nas NPBs (Competência,

relações sociais e autonomia) para aderência dos alunos nos programas públicos de práticas corporais ofertados pelo município de Santo André durante o ano de 2025 (intervenções durante 10 meses), fundamentais para uma motivação mais autodeterminada. O planejamento com liberdade para adaptar as aulas foi de extrema importância, visando torná-las mais significativas, conforme o grupo de alunos. Foram incluídos nos planejamentos aulas temáticas como: Dia Internacional da Mulher, Setembro Amarelo, Outubro Rosa e Novembro Azul com a intenção de informar, sensibilizar e promover a empatia e união nos grupos. Outra medida efetiva foram os festivais promovidos com a integração e socialização dos alunos de diferentes regiões da cidade, como: aulões abertos, baile da primavera, festa junina, festival de vôlei adaptado, caminhadas temáticas e festival de final de ano. Tais eventos possibilitaram a experimentação das modalidades o que proporcionou a sensação de ser capaz de realizar atividades que antes acreditavam que era impossível, verificamos posteriormente um aumento na procura pelas modalidades. Por fim, tivemos atividades extras, como passeios turísticos, organizada pelos professores e autorizada pela Secretarias de Esportes e Prática Esportiva de Santo André, onde possibilitamos aos alunos um momento de lazer, sem julgamento das atitudes ou controle familiar que são comuns as pessoas idosas. As ações implementadas durante o ano foram significativas, verificamos um número expressivo de rematrículas para o ano seguinte, dos 5157 alunos(as) 90% fizeram a rematrícula, sendo aproximadamente 65% de pessoas acima de 60 anos. Algumas modalidades tiveram formação de lista de espera e obtivemos solicitações por parte dos alunos de implementação de modalidades experimentadas, como o vôlei adaptado e Pilates nos polos próximos aos locais onde residem.

Palavras-chave: Pessoa idosa. Práticas Corporais. Motivação. Necessidades Psicológicas Básicas.

contato: profedfisica.regina@gmail.com

R41: Resiliência psicológica na formação esportiva: perfil dimensional em jovens atletas de basquetebol

Mauro Vinícius de Sá ^a; Franco Noce ^b; Cristina Carvalho de Melo ^a

^a Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

^b Universidade Federal de Minas Gerais

No contexto esportivo, a resiliência envolve a capacidade de interpretar demandas como desafios e não enquanto ameaças, sustentar esforço, ajustar estratégias e

manter o comprometimento diante de adversidades. De acordo com a Teoria Fundamentada na Resiliência Psicológica e Desempenho Esportivo Ótimo, o suporte percebido pelo atleta (família e companheiros de equipe), influencia a forma como estes atletas avaliarão estressores enquanto desafios, favorecendo metacognições em prol de respostas adaptativas e desempenho. Apesar do avanço teórico, ainda são limitadas as evidências sobre como as dimensões da resiliência se organizam em categorias de base do basquetebol e quais componentes podem representar alvos práticos na formação esportiva. Portanto, o objetivo deste estudo foi avaliar o nível de resiliências em jovens atletas de basquetebol e descrever o perfil dimensional do constructo (resiliência) em um contexto de esporte de rendimento, nas categorias de base. Participaram do estudo 12 atletas, homens, da categoria sub-14, com tempo médio de experiência prática de 3,6 anos e participação média de cerca de 15 jogos nos últimos 12 meses. Foi utilizada a escala de resiliência no esporte (Rs – Sp.), composta por 15 itens divididos em cinco dimensões: Experiências Esportivas, Recursos Pessoais e Competências, Espiritualidade, Apoio Social Familiar e Apoio Social Esportivo. Os itens foram respondidos em escala *Likert* de cinco pontos, com maiores escores indicando maior tendência à resiliência. A coleta ocorreu em local tranquilo e silencioso. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética da UFMG, via Plataforma Brasil, CAAE, 91958318.20000.5149. Realizou-se análise descritiva e comparação entre as dimensões por ANOVA de medidas repetidas, com comparações pareadas e ajuste para múltiplas comparações. As médias por dimensões foram: Experiências Esportivas ($13,00 \pm 1,60$), Recursos Pessoais e Competências ($11,17 \pm 2,95$), Espiritualidade ($13,33 \pm 2,64$), Apoio Social Familiar ($12,08 \pm 2,02$) e Apoio Social Esportivo ($08,42 \pm 1,88$). O índice geral de resiliência psicológica da equipe foi de ($11,36 \pm 1,97$). A dimensão “Apoio Social Esportivo” foi considerada inferior às demais ($p < 0,05$). As classificações de baixo e moderado, conforme parâmetros normativos de Bicalho (2020), destacaram-se em quase todas as dimensões. Conclui-se que os atletas avaliados apresentaram valores que indicam vulnerabilidades na resiliência, principalmente, no que se refere ao Apoio Social Esportivo. Recomenda-se que a comissão técnica implemente estratégias para fortalecer este componente, como rotinas de feedback e comunicação pós erro, definição de papéis e liderança entre pares, atividades de coesão e acordos coletivos de suporte durante os treinamentos e competições.

Palavras-chave: Resiliência; Basquetebol; Atletas.

Contato: maurovsa@hotmail.com

R42: Ingestão de carboidratos e aminoácidos durante a corrida tem influência no estado de humor e performance de corredores amadores

Lucas Eduardo dos Reis ^a; Marcio Roberto Doro ^a; Isabela Rodrigues Jara ^a; Kamila Santos Ressurreição ^b; Gabriela da Silva Santos ^a; Iris Callado Sanches ^a; Erico Chagas Caperuto ^{a,b}

^a Universidade São Judas – Campus Mooca

^b Universidade Presbiteriana Mackenzie

A relação entre a ingestão de carboidratos e a disponibilidade energética está ligada ao estado de humor e a motivação para a realização de exercícios. Carboidratos também estão relacionados aos estoques de energia, a percepção de fadiga e a motivação para a manutenção do exercício e a sustentação da intensidade. A ingestão de aminoácidos específicos encontra evidências científicas na literatura clássica no mesmo sentido, sendo pouco estudada quando combinada aos carboidratos durante o exercício. O objetivo do trabalho foi examinar o efeito da suplementação de carboidratos com ou sem aminoácidos na performance e no estado de humor de corredores amadores. 48 homens entre 18 a 40 anos de idade foram recrutados e randomicamente separados em três grupos. Grupo Controle (GC) com gel de carboidratos puro, Grupo Ramificado (GR) com gel de carboidratos e BCAAs e o Grupo essenciais (GE) com gel de carboidratos e aminoácidos essenciais. Foram realizados dois testes agudos, uma corrida de 10km no melhor ritmo dos participantes (T1 e T2), foram medidos o tempo para completar os 10km, a Percepção Subjetiva de Esforço, o peso corporal e o estado de humor (Escala de Brunel). Os dois testes foram intercalados por 4 semanas consumindo o mesmo gel do teste agudo e treinando regularmente. Não houve mudanças significativas na escala perceptiva de esforço nos testes T1 e T2 comparados e nem quando comparamos os grupos entre si, também não observamos interação entre os grupos e entre os momentos (GE T1 $7,71 \pm 1,33$, T2 $8,14 \pm 0,98$; GC T1 $7,58 \pm 1,38$, T2 $8,00 \pm 1,58$; GR T1 $7,36 \pm 1,28$ T2 $7,71 \pm 1,54$). Sobre o humor não houve alterações significativas entre T1 e T2 em nenhuma das comparações (intergrupo e entre os grupos), embora tenhamos notado aumento no Vigor depois da realização dos testes e redução na Fadiga, para o GR (ambos não significativos) no T2 comparado ao T1, na comparação intergrupo. O GC apresentou maior fadiga no T2 (não significativa) além de tempo mais longo na corrida de 10km, comparado aos demais grupos (GE T1 $54,26 \pm 5,84$, T2 $52,55 \pm 6,94$; GC T1 $58,39 \pm 4,93$, T2 $57,77 \pm 6,94$; GR T1 $58,56 \pm 3,90$ T2 $55,83 \pm 4,31$). Concluímos que acrescentar aminoácidos ao gel de carboidratos é uma estratégia que merece investigação mais aprofundada no sentido de melhorar a performance e o estado de humor de corredores amadores.

Palavras-chave: Aminoácidos; Gel de carboidratos; Estado de humor.

Contato: lucasereis1543@gmail.com

R43: Qualidade da regulação motivacional na educação física escolar: movimento humano como mediador regulatório

Paulo José dos Santos de Moraes ^a; Vitória Lacerda Zago ^b; Alicia Nascimento de Souza ^b; Elaine Cristina Destéfani Manso ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^c

^a Discente do Programa de Doutorado em Educação Física - Universidade São Judas Tadeu/SP

^b Discente de Graduação em Psicologia – Universidade São Judas Tadeu/SP

^c Docente do Programa de Pós-Graduação da Universidade São Judas Tadeu/SP

A incorporação crescente da aprendizagem socioemocional no debate educacional contemporâneo tem tensionado a compreensão da escola como espaço predominantemente cognitivo, especialmente diante de indicadores recorrentes de desengajamento, baixa persistência e participação superficial nas aulas, inclusive na Educação Física Escolar. Em contextos marcados por cultura performativa, comparações normativas e ênfase excessiva em resultados, torna-se insuficiente analisar apenas a intensidade da motivação; importa compreender a qualidade da regulação que sustenta o comportamento ao longo do tempo. Intensidade motivacional não equivale à qualidade regulatória: estudantes podem participar sob pressão externa, medo de avaliação ou busca por aprovação, sem que haja integração subjetiva ou consolidação estável da ação. Este ensaio teórico problematiza a qualidade da regulação motivacional na Educação Física Escolar, examinando como experiências corporais intencionalmente organizadas podem favorecer processos de internalização e autorregulação comportamental. Trata-se de um ensaio de natureza analítico-conceitual, desenvolvido por meio de revisão interpretativa da literatura e articulação crítica entre referenciais motivacionais e contribuições contemporâneas sobre regulação atencional e emocional. Argumenta-se que o movimento humano, quando estruturado sob princípios de suporte à autonomia, feedback informacional e clima relacional seguro, pode operar como mediador regulatório, permitindo que os estudantes vivenciem competência, experimentem escolhas situadas e construam vínculos significativos. Sob a lente da Teoria da Autodeterminação, a satisfação das necessidades psicológicas básicas constitui condição estruturante para a transição regulatória, possibilitando que comportamentos inicialmente heterorregulados sejam progressivamente internalizados de forma identificada ou integrada ao self,

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia
Motivacional e do Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDOS E RECONSTRUÍDO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

favorecendo maior estabilidade temporal, persistência e coerência pessoal. Nesse contexto, práticas de Mindfulness são compreendidas como recursos de regulação atencional e emocional que ampliam a consciência corporal e situacional, reduzem reatividade automática e fortalecem a percepção de agência, potencializando deslocamentos qualitativos na fonte regulatória da ação e na experiência subjetiva do engajamento. Ao favorecer maior alinhamento entre intenção e comportamento, tais práticas podem atuar como complemento regulatório dentro de contextos pedagógicos orientados ao suporte motivacional. Conclui-se que a Educação Física configura-se como espaço pedagógico privilegiado de arquitetura motivacional, no qual o professor atua como mediador intencional de experiências capazes de sustentar autonomia, internalização qualitativa, manutenção autodeterminada do engajamento e consolidação de disposições autorregulatórias relevantes para o desenvolvimento humano ao longo da trajetória escolar.

Palavras-Chave: Regulação motivacional; Internalização; Movimento humano; Educação Física Escolar; Teoria da Autodeterminação.

Contato: paulojosemorais_edf@hotmail.com

R44: Motivação de idosas para a adesão a um programa de atividade física

Marcos Saulo Patrício de Sousa ^a; Alejandro Weyber Rodrigues de Souza ^a; Maria de Fátima de Lacerda ^a; Renata Ferraz de Toledo ^d

^a Doutorando(a) em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu

^d Doutora em Saúde Pública (USP), Professora do Programa de Doutorado em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial e, no Brasil, não é diferente. Dados indicam que, até 2050, a população idosa representará, aproximadamente, 30% da população brasileira. Com esse crescimento, ações no campo da promoção da saúde são importantes, e programas de atividade física podem contribuir para um envelhecimento mais saudável. Apesar do conhecimento dos benefícios da atividade física, níveis adequados somente são mantidos quando uma forte motivação está presente, especialmente, quando as pessoas percebem os benefícios como grande valor para a sua vida. Nesse sentido, o objetivo desse trabalho foi identificar aspectos motivacionais para a adesão a um programa de atividade física. A amostra da pesquisa foi composta por 65 idosas, com idades entre 61 e 82 anos, participantes do projeto de extensão “Qualidade de vida na melhor idade: uma intervenção na Unidade Básica de Saúde Duclécio Antônio de Medeiros”, na cidade de Mossoró-RN. Foram oferecidas

práticas corporais variadas, duas vezes na semana, além de reuniões mensais com palestras envolvendo temas em saúde. O projeto está em atividade desde junho de 2023, por iniciativa do Instituto Federal do Rio Grande do Norte, Campus Mossoró (IFRN-MO), em parceria com a Unidade Básica de Saúde Duclécio Antônio de Medeiros, como se tratava de um projeto já em andamento, não foi submetido ao comitê de ética. Entre março e abril de 2025, foram utilizados questionários sociodemográficos e, utilizado o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF-54). A pesquisa é do tipo descritiva, com delineamento transversal, e foi utilizada estatística descritiva, com valores de média e desvio padrão, utilizando o programa Microsoft Office Excel 2013. Os resultados evidenciaram que o principal motivo de adesão pelas idosas era a busca pela saúde, com média superior a todas as outras dimensões, $43,8 \pm 0,7$, seguido da sociabilidade, com média de $42,2 \pm 2,12$, em seguida o controle de estresse com média de $28,1 \pm 1,4$, prazer com média de $24,1 \pm 1,4$ e, por fim, estética e competitividade com $10,5 \pm 2,8$ e $10,2 \pm 4,9$, respectivamente. Pode-se concluir que a busca pela prática de atividades físicas pelas idosas tem sido motivada pela saúde e sociabilidade em sua maior parte, enquanto as dimensões estética e competitividade causaram pouquíssimo impacto na decisão de aderência. Projetos como esse são importantes para incentivar a promoção da saúde, e melhores resultados podem ser alcançados a partir do reconhecimento de motivações, interesses e reais demandas, para que as pessoas idosas busquem nessas iniciativas um caminho para melhorias da saúde.

Palavras-chave: Atividade física; Motivação; Envelhecimento; Promoção da saúde.

Contato: msaulo2005@gmail.com

R45: Jogos virtuais como estratégias motivacionais no desenvolvimento de crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista: uma revisão integrativa

Thais Miriã da Silva Santos ^a; Leonardo Ribeiro Miedes ^a; Érico Chagas Caperuto ^a; Iris Callado Sanches ^a; Kátia Bilhar Scapini ^a; Nathalia Bernardes ^a

^a Universidade São Judas Tadeu (USJT) – Laboratório do Movimento Humano

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é caracterizado por déficits persistentes na comunicação e na interação social, frequentemente associados à redução da motivação para engajamento social, o que pode impactar negativamente o desenvolvimento cognitivo, socioemocional e motor. Compreende-se que a satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento é fundamental para promover motivação intrínseca e participação ativa em diferentes

contextos, incluindo a atividade física. Nesse cenário, jogos virtuais têm sido apontados como recursos promissores para estimular o engajamento em indivíduos com TEA, por integrarem elementos como feedback imediato, personalização e progressão por desafios. O objetivo desta revisão integrativa foi reunir e analisar pesquisas que investigam jogos virtuais como gatilhos motivacionais em crianças e adolescentes com TEA, examinando suas contribuições para o desenvolvimento humano, especialmente no contexto da atividade física. A busca foi realizada nas bases Medline/PubMed, Cochrane Library e SciELO, utilizando os descritores “autism spectrum disorder”, “virtual games” e “assistive technologies”, combinados por operadores booleanos. Foram considerados estudos publicados em inglês, português ou espanhol, sem delimitação inicial de período de publicação, incluindo estudos originais que investigaram o uso de jogos virtuais como intervenção em indivíduos com TEA. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor e estudos que não apresentavam dados empíricos relacionados ao uso de tecnologias digitais como ferramenta de intervenção. Foram identificados 1.941 estudos, dos quais cinco atenderam aos critérios de inclusão. Os delineamentos incluíram estudos qualitativos, experimentais e de viabilidade, com amostras entre 3 e 100 participantes. A análise qualitativa permitiu organizar os achados em três categorias: jogos virtuais como gatilhos motivacionais; motivação como mediadora do desenvolvimento cognitivo e socioemocional; e movimento e atividade física mediada por tecnologia. A organização dessas categorias ocorreu por meio de análise temática dos resultados dos estudos incluídos, realizada a partir da identificação de convergências conceituais entre os desfechos investigados, permitindo agrupar as evidências em eixos interpretativos relacionados à motivação e ao desenvolvimento humano. Os resultados indicam que ambientes digitais interativos promovem elevado engajamento, sustentação da atenção, ampliação da interação social e estímulo à prática motora, especialmente quando estruturados com elementos gamificados e adaptados ao perfil do usuário. Além disso, intervenções em realidade virtual demonstraram viabilidade e potencial para favorecer parâmetros motores e atencionais. Conclui-se que os jogos virtuais podem atuar como estratégias motivacionais estruturadas capazes de mediar processos de desenvolvimento humano no TEA, estabelecendo pontes entre ciência e prática na atividade física. Contudo, são necessários mais estudos e com maior rigor metodológico para consolidar evidências e orientar a aplicação dessas intervenções em contextos educacionais e clínicos.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; Jogos Virtuais; Motivação; Desenvolvimento Humano; Atividade Física.

Contato: thaismiria023@gmail.com

R46: Apoio familiar percebido na formação de atletas sub-17: implicações para o desenvolvimento humano no futebol

Edilson Medeiros de Oliveira ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a

^a Laboratório de Pesquisa da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDH),
Universidade São Judas Tadeu (USJT)

O processo de formação esportiva no futebol constitui espaço privilegiado de desenvolvimento humano de jovens jogadores, em contextos marcados por intensas exigências de treinamento, competições e conciliação com a escolarização básica. No Brasil, a categoria sub-17 é fase crítica da trajetória esportiva, na qual se intensificam expectativas de profissionalização, pressões sobre o desempenho esportivo e escolar e decisões relacionadas ao projeto de vida dos atletas. Nesse contexto, o apoio dos pais e familiares tende a sustentar o engajamento esportivo e educacional dos jovens jogadores. À luz da Teoria da Autodeterminação (TAD), esse apoio pode ser compreendido como condição contextual associada à necessidade psicológica básica de relacionamento, entendida como percepção de cuidado, apoio e pertencimento em contextos socialmente significativos. O objetivo do estudo foi analisar o apoio familiar percebido por atletas da categoria sub-17 em processo de formação no futebol. Trata-se de pesquisa quantitativa, transversal e descritiva, realizada com 52 atletas sub-17 de quatro clubes de futebol da cidade de Fortaleza (CE). A coleta de dados ocorreu por meio de questionário estruturado, adaptado de Marques (2008), contemplando informações sobre perfil social e percepções de apoio por parte da família, do clube e da escola. O estudo seguiu princípios éticos de pesquisa com seres humanos. Os resultados indicaram que a maioria dos atletas percebia elevado apoio familiar para a prática esportiva, expresso por auxílio financeiro e logístico para treinos e jogos, incentivo à continuidade na prática esportiva e apoio emocional em situações adversas, como contusões e dispensas. Observou-se que o apoio parental percebido constitui elemento relevante para a permanência dos atletas no processo de formação, especialmente em contextos de vulnerabilidade social. Ademais, os atletas relataram apoio significativo para a conciliação entre prática esportiva e escolarização, evidenciando a importância dos estudos tanto para a carreira esportiva quanto para a inserção profissional futura fora do futebol. Em um plano interpretativo, embora a motivação não tenha sido mensurada, os achados podem ser compreendidos, à luz da TAD, como indicativos de ambiente social favorável ao relacionamento, sobretudo

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Pesquisa da
Motivação e Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

familiar. Esse contexto pode contribuir para o engajamento esportivo e para o desenvolvimento humano em ambientes formativos, favorecendo dimensões como o bem-estar percebido, construção de autonomia progressiva e formação integral do jovem atleta. Conclui-se que o apoio familiar percebido constitui elemento central no contexto formativo de jovens atletas sub-17, ressaltando a importância de ações integradas entre família, clube e escola para favorecer trajetórias esportivas e educacionais equilibradas.

Palavras-chave: Futebol; Apoio familiar; Formação esportiva; Desenvolvimento humano.

Contato: edilsonmedeirosfla@gmail.com

R47: Perspectivas para a atuação conjunta da educação física e da psicologia no contexto escolar: motivação autodeterminada e Mindfulness

Vitória Lacerda Zago ^a; Paulo José dos Santos de Moraes ^b; Alicia Nascimento de Souza ^a; Elaine Cristina Destéfani Manso ^b; Marcelo Callegari Zanetti ^c

^a Discente de Graduação em Psicologia – Universidade São Judas Tadeu/SP

^b Discente do Programa de Doutorado em Educação Física - Universidade São Judas Tadeu/SP

^c Docente do Programa de Pós-Graduação da Universidade São Judas Tadeu/SP

A aprendizagem socioemocional tem assumido papel central nos currículos contemporâneos, demandando que a escola ultrapasse a transmissão de conteúdos e se comprometa com o desenvolvimento integral dos estudantes, especialmente diante de quadros de ansiedade, desmotivação e dificuldades de autorregulação. Nesse cenário, a articulação entre Educação Física Escolar e Psicologia apresenta-se como estratégia promissora para integrar saúde corporal, emocional e cognitiva, fortalecendo processos motivacionais e autorregulatórios no contexto pedagógico. Nesse sentido, este ensaio teórico tem como objetivo discutir possibilidades concretas de atuação interdisciplinar entre professor de Educação Física e psicólogo escolar, fundamentadas na Teoria da Autodeterminação (TAD) e no Mindfulness, visando à promoção de práticas pedagógicas que favoreçam motivação autodeterminada e autorregulação no ambiente escolar. O estudo caracteriza-se como ensaio teórico-reflexivo, construído a partir da análise e articulação de referenciais clássicos e contemporâneos da Educação Física Escolar, da Psicologia Escolar, da TAD e das abordagens em Mindfulness, selecionados por sua relevância conceitual e aplicabilidade educacional. A integração dos referenciais foi orientada pela

identificação de convergências teóricas relacionadas à motivação, necessidades psicológicas básicas, autorregulação e práticas pedagógicas inclusivas. A discussão evidencia que a motivação é um processo intencional, mediado pela direção e intensidade do esforço, sendo fortemente influenciada pelo ambiente escolar e pelas relações pedagógicas estabelecidas. A TAD sustenta que a satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento social favorece formas mais autodeterminadas de motivação, associadas a maior engajamento, aprendizagem mais efetiva e bem-estar psicológico. O Mindfulness, por sua vez, é compreendido como prática de atenção consciente ao momento presente, sem julgamentos, contribuindo para a autorregulação emocional, o foco atencional e a gestão da motivação. Quando integrado de forma interdisciplinar às aulas de Educação Física, pode favorecer o autoconhecimento, a autonomia e o fortalecimento de vínculos sociais, como pertencimento e solidariedade. Nesse sentido, considerando os pressupostos da TAD e do Mindfulness sugere-se que a atuação conjunta possa incluir estratégias como: planejamento de aulas com maior oferta de escolhas e feedback informacional; inserção de breves práticas de atenção plena no início ou encerramento das aulas; rodas de diálogo para reflexão sobre metas, emoções e desafios; e ações formativas voltadas à construção de um clima motivacional mais inclusivo e cooperativo. Conclui-se que a articulação interdisciplinar entre Educação Física e Psicologia, sustentada pela TAD e pelo Mindfulness, pode contribuir para ambientes escolares mais humanizados, favorecendo a formação de estudantes mais autônomos, autorregulados e engajados, em consonância com os princípios da educação integral.

Palavras-Chave: Educação Física Escolar; Psicologia Escolar; Motivação autodeterminada; Mindfulness; Aprendizagem socioemocional.

Contato: lacerdazagov@gmail.com

R48: Mental health in sports coaching: work-related stressors and organizational conditions – a scoping review

Luiz Felipe Faria de Azevedo Filho ^a; Helton Magalhães Dias ^a; Luís Antônio de Souza Junior ^a; Maria Luiza de Jesus Miranda ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a

^a Universidade São Judas Tadeu (USJT)

The mental health of sports coaches has emerged as a critical concern within contemporary sport systems, yet the scientific literature has predominantly concentrated on individual-level outcomes, without systematically organizing the

occupational and organizational conditions reported in association with these phenomena. The present study aimed to map and synthesize work-related stressors and institutional factors linked to sports coaches mental health, thereby advancing a structurally informed interpretation grounded exclusively in existing empirical evidence. This scoping review was conducted using the corpus of studies previously identified in a systematic review registered in PROSPERO (CRD42020190834). The original search strategy was implemented across PubMed, SportDiscus, Scielo, BVS, Embase, and PsycNet. Three groups of terms were used for the searches: a first referring to the sports context (sports, athletics, etc.), a second group referring to the population (coach, trainer, etc.), and a third group of descriptors for mental health and related outcomes (stress, depression, etc.), yielded 4,991 records and resulted in the inclusion of 69 studies. The search was conducted in January 2020 and included articles published up to that date. No additional searches were performed for the present analysis; rather, the included studies were reexamined through directed analytical reading with specific attention to occupational and organizational variables described in relation to mental health outcomes. Collectively, the studies involved 12,988 coaches from 38 sports across five continents and were predominantly quantitative in design (79.7%), alongside qualitative (17.4%) and mixed-method approaches (2.9%). Burnout ($n = 48$) and stress/stressors ($n = 26$) were the most frequently examined outcomes, followed by emotions ($n = 6$) and anxiety ($n = 4$), reflecting a literature strongly oriented toward strain-related indicators. Recurrent occupational and organizational factors included perceived organizational support, satisfaction with managers, leadership climate, workload demands, role conflict and role ambiguity. Across studies, moderate levels of burnout and elevated stress indicators were commonly reported, with heightened vulnerability described among female coaches, professionals with longer career tenure, and individuals exposed to ambiguous or conflicting role expectations. Organizational dissatisfaction and insufficient institutional support were repeatedly reported alongside higher emotional exhaustion and depersonalization. Conversely, supportive managerial environments, adequate recovery conditions, and more self-determined forms of work motivation were described as contextual conditions potentially associated with lower psychological strain and sustained professional engagement. Taken together, the available evidence indicates that coaches' mental health is embedded within structural, managerial, and relational dimensions of sport organizations, underscoring the importance of addressing occupational contexts in parallel with individual-level considerations.

Keywords: Sports coaches; Mental health; Burnout; Occupational stress; Scoping review

Contato: lfelipefilho@hotmail.com

R49: Entre desafios e superações: a educação física como agente motivacional na reinserção escolar após deficiência adquirida

Nathany Heloíse Jovino Ambruster ^a; Daniela Gil de Souza ^a; Carolina Gonçalves da Silva Fouraux ^b; Márcio de Souza Santos ^b; Graciele Massoli Rodrigues ^c

^a Mestranda em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu (USJT)

^b Doutorando(a) em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu (USJT)

^c Doutorado em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

A condição de deficiência adquirida revela muitos desafios, em razão das complexas adaptações que se tornam necessárias, principalmente por representar uma ruptura inesperada na vida do estudante. Diferente da deficiência congênita, ela ocorre ao longo da vida, na maioria das vezes em decorrência de acidentes ou doenças, exigindo adaptações físicas, emocionais e sociais. Essas mudanças repentinas impactam não apenas a funcionalidade corporal, mas também a autoestima, no sentimento de pertencimento e na forma como a pessoa se percebe e é percebida socialmente. Na escola, o retorno após adquirir uma deficiência costuma ser acompanhado por insegurança, medo da exposição, fragilização emocional e, em muitos casos, pela presença de barreiras sociais, como preconceito e isolamento. Assim, o objetivo deste ensaio teórico é refletir sobre a importância motivacional da Educação Física no processo de reinserção escolar de crianças com deficiência adquirida, considerando seus impactos emocionais, sociais e pedagógicos. Trata-se de uma reflexão fundamentada na literatura da área e na interlocução com a prática pedagógica, buscando compreender a Educação Física como espaço de desenvolvimento humano e reconstrução identitária. Nesse sentido, a Educação Física escolar pode revelar um papel estratégico no progresso da reinserção que não envolve apenas adaptações curriculares ou estruturais, mas demanda acolhimento, suporte emocional e reorganização das práticas pedagógicas. A vivência corporal pode possibilitar experiências de êxito progressivo, nas quais o estudante pode ressignificar suas potencialidades, e não apenas suas limitações. Construir e vivenciar uma aula acessível e significativa, ao adaptar regras, materiais e estratégias, implica na criação de situações em que o movimento se torna acessível e significativo, favorecendo a percepção e a sensação de competência, o reconhecimento e a identificação de

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS

educação
física

Lpmdh
Associação Brasileira de Estudos em
Psicologia do Esporte e do Exercício

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

pertencimento, o que pode consolidar a autoestima e a motivação própria. Tais aspectos dialogam com referenciais da Teoria da Autodeterminação, que compreende competência, autonomia e pertencimento como necessidades psicológicas básicas para o engajamento e o desenvolvimento humano. Dessa forma, a Educação Física ultrapassa a dimensão motora e se fortalece como espaço de reconstrução da identidade, promove a reorganização da autonomia e incentiva a permanência ativa do estudante no ambiente escolar. Com isso, a formação de um professor perpassa pelo planejamento cuidadoso, provisório e inacabado pois há que se manter atento às interlocuções contextuais e dinâmicas que a prática pedagógica exige diante dos percalços emocionais e sociais que a vida impõe a todos os envolvidos.

Palavras-chave: Deficiência adquirida; Educação Física escolar; Motivação; Reinserção escolar; Inclusão escolar.

Contato: nath.jovino@gmail.com

R50: Surdolimpíada: experiência temática como catalisadora do protagonismo na educação física bilíngue

Daniela Gil de Souza ^a; Nathany Heloise Jovino Ambruster ^a; Graciele Massoli Rodrigues ^b

^a Mestranda em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu (USJT)

^b Doutorado em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

Estudantes surdos, em sua maioria filhos de pais ouvintes, frequentemente ingressam no ambiente escolar enfrentando severos quadros de privação de linguagem. Este fator crítico impacta diretamente o desenvolvimento cognitivo, a organização social e a autoestima do sujeito. No componente curricular de Educação Física, a motivação escolar é significativamente potencializada quando o planejamento pedagógico transcende a visão clínica da deficiência e passa a valorizar a identidade linguístico-cultural. O presente trabalho apresenta um relato de experiência pedagógica temática – Surdolimpíadas (Deaflympics), realizado entre julho e setembro de 2021 em um Polo Bilíngue de Santo André – SP/Brasil. A metodologia, de natureza qualitativa desenvolvido com uma abordagem crítico-reflexiva, baseou-se em uma sequência didática interdisciplinar desencadeada por uma "pergunta disparadora" sobre a invisibilidade do surdo nos Jogos Paralímpicos. O projeto evoluiu para o estudo do histórico centenário do Comitê Internacional de Esportes para Surdos e das especificidades das adaptações técnicas com 22 estudantes surdos do Ensino Fundamental e da Educação de Jovens e Adultos (EJA), contando ainda com a

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de Psicologia
Motivacional e do Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

Atleta Campeão

participação de 748 alunos ouvintes. A ancoragem teórica sustenta-se nos pressupostos da Educação Bilíngue e na construção da identidade surda, utilizando referenciais como Skliar (1998) e Strobel (2008) para discutir o pertencimento e a cultura visual. A análise dos efeitos pedagógicos pautou-se na observação da motivação intrínseca e extrínseca dos discentes, monitorada por critérios de engajamento ativo, autonomia nas tarefas propostas e capacidade de liderança. Os resultados indicam que a motivação emergiu de forma vigorosa quando os alunos compreenderam a Surdolimpíada não como um evento de exclusão, mas como um espaço de afirmação política e paridade esportiva. O acesso a modelos de referência e a substituição estratégica de estímulos sonoros por visuais — como o uso de bandeiras e sinais luminosos em substituição ao apito — atuaram como disparadores motivacionais determinantes, mitigando os efeitos da privação linguística anterior. A postura dos alunos transformou-se de receptora passiva para agente ativa, manifestando-se no protagonismo comunitário ao liderarem apresentações técnicas para os colegas ouvintes e na criação autoral da mascote "Nicoção". Este processo evidenciou que o fortalecimento do orgulho identitário está intrinsecamente ligado à autodeterminação e ao interesse efervescente pelo conteúdo escolar quando este respeita a Libras como língua natural. Conclui-se que a temática surdolímpica constitui uma ferramenta pedagógica essencial para elevar o desenvolvimento humano, garantindo que o aluno surdo ressignifique sua própria condição, passando a atuar como promotor de conhecimento e protagonista de sua história no ambiente escolar.

Palavras-chave: Motivação; Surdolimpíadas; Educação Física Bilíngue; Protagonismo Surdo; Identidade.

Contato: danigilnicolau@gmail.com

R51: Imersão tecnológica precoce e o impacto sobre o desenvolvimento motor e saúde física em crianças de 0 a 5 anos: revisão bibliográfica à luz da cultura digital

Carita Pelição ^{a, b}; Bruna Feitosa de Oliveira ^{a, b}; Marta Baggio Bippus ^{a, b}; Ielson José dos Santos ^{a, b}; Fernanda Jardim Maia ^{a, b}; Afonso Antonio Machado ^{a, b}

^a Universidade Estadual "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP)

^b Laboratório de Estudos e Pesquisa em Psicologia do Esporte (LEPESPE)

O avanço da cultura digital tem transformado profundamente as formas de interação, aprendizagem e vivência corporal desde a primeira infância. A presença crescente de dispositivos eletrônicos no cotidiano de crianças de 0 a 5 anos têm gerado questionamentos necessários sobre os possíveis impactos deles no desenvolvimento

motor e na saúde física. Assim, este estudo apresenta uma revisão bibliográfica com o objetivo de analisar evidências científicas acerca das relações entre a imersão tecnológica precoce de crianças pequenas, o tempo excessivo de tela, o atraso motor, alterações no comportamento visual e indicadores de saúde. A literatura recente aponta associação consistente entre maior tempo de tela e menor nível de atividade física moderada a vigorosa, redução do brincar ativo e diminuição de oportunidades de exploração sensório-motora do ambiente. Considerando que o desenvolvimento motor na primeira infância depende da interação corporal com o espaço, da experimentação de movimentos amplos e da manipulação de objetos concretos, a substituição dessas experiências por interações predominantemente bidimensionais pode comprometer a consolidação de habilidades motoras fundamentais, como coordenação global, equilíbrio e destreza manual. Estudos também indicam que a exposição prolongada e prematura a estímulos digitais rápidos e altamente estimulantes pode influenciar padrões de atenção visual e processamento perceptivo. Pesquisas com técnicas de *eye tracking* sugerem que crianças muito expostas a conteúdos digitais apresentam maior dispersão atencional e dificuldade em manter foco prolongado em estímulos não digitais, o que pode repercutir na organização motora e no planejamento de ações corporais. Na saúde física, o aumento do comportamento sedentário associado ao tempo de tela tem sido relacionado a maior risco de sobrepeso infantil, alterações posturais, distúrbios do sono e redução do condicionamento cardiorrespiratório. Esses fatores, quando combinados, podem impactar negativamente o desenvolvimento global e a motivação para a prática de atividade física ao longo da infância e da vida. À luz dos estudos sobre cultura digital, compreende-se que a tecnologia não deve ser analisada como elemento isolado, mas como parte de um ecossistema cultural que redefine práticas sociais, padrões de atenção e modos de interação. Portanto, não se trata de depreciar o uso de tecnologias, mas de discutir a imersão precoce e desregulada que substitui experiências corporais fundamentais ao desenvolvimento humano. Conclui-se que há evidências crescentes de que o uso excessivo e inadequado de telas na primeira infância está associado a prejuízos potenciais no desenvolvimento motor e na saúde física, reforçando a necessidade de políticas públicas, orientação familiar e intervenções educativas que promovam equilíbrio entre cultura digital e experiências corporais ativas.

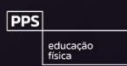
Palavras-chave: Desenvolvimento Motor; Tempo de tela; Cultura digital; Saúde infantil; Comportamento sedentário.

Contato: carita.pelicao@unesp.br

REALIZAÇÃO



sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu



PPS
educação
física



Lpmdh
Laboratório de
Pesquisa em
Motricidade e
Desenvolvimento Humano



ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO



CAPES



GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIR e RECONSTRUIR



FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO



Atleta
Campeão

R52: Prática pedagógica desenhada com e para todos: motivando um aluno com deficiência físicaCarolina Gonçalves da Silva Fouraux ^a; Márcio de Souza Santos ^a; Nathany
Heloise Jovino Ambruster ^b; Graciele Massoli Rodrigues ^c^a Doutorando(a) em Educação Física na Universidade São Judas Tadeu^b Mestranda em Educação Física na Universidade São Judas Tadeu^c Professora Doutora da Universidade São Judas Tadeu e Escola Superior de
Educação Física de Jundiá

Entre os diversos fatores que influenciam o ensino-aprendizagem, a motivação é um dos principais, visto que o comportamento motivado é definido pelo empenho em realizar uma meta ou objetivo traçado. A educação física escolar é um componente curricular com baixo índice de desmotivação entre os estudantes, entretanto, para aqueles com deficiência física, fica a cargo do docente flexibilizar os métodos, estratégias e/ou conteúdos de forma a universalizar experiências. Nesse cenário, estudantes com deficiência física tendem a ter menor motivação pelas atividades práticas ao não se sentirem efetivamente incluídos nas aulas. Nosso objetivo é relatar o impacto das adaptações realizadas nas aulas de educação física, que buscaram motivar um estudante do quinto ano do ensino fundamental, com dez anos de idade, que tem paraplegia e que faz uso da cadeira de rodas para se locomover. A intervenção aconteceu em doze horas aulas ao longo do mês de março de 2025 com um estudante que, após avaliação diagnóstica, foi identificado com baixa frequência no mês de janeiro. Ao ser indagado, o mesmo disse que preferia ter as aulas de atendimento educacional especializado (AEE) no horário de educação física, por não gostar dessa disciplina. Tendo como base o Desenho Universal de Aprendizagem, foram criadas estratégias para flexibilizar os conteúdos, não apenas buscando a participação do estudante em questão, mas dimensionando toda a aula a fim de que todos estivessem em condições equânimes de vivência e de protagonismo. Para esse relato, trazemos dois esportes adaptados vivenciados: a) Vôlei Sentado – onde a cadeira de rodas saiu de cena e todos os estudantes desenvolveram os fundamentos e o jogo global, sentados sobre diferentes apoios; b) Tênis de Mesa Adaptado – em jogos de um contra um, onde o estudante sem deficiência jogava sentado com regras construídas coletivamente, igualando as possibilidades de movimentação às do oponente. Após as intervenções relatadas, foram percebidas algumas mudanças comportamentais: o estudante passou a frequentar todas as aulas de educação física e solicitou que o AEE fosse realizado em outro momento. Atento às possibilidades eminentes da sua condição, passou a sugerir adaptações durante as aulas visando sua

efetiva participação. Dessa forma, para que o aluno se reconheça, perceba seu pertencimento e seja protagonista de sua aprendizagem, diferentes ações mediadas pelos professores são necessárias, gerando motivação com objetivos pedagógicos, com todos e para todos.

Palavras-chave: Motivação; Educação Física; Deficiência; Universalização.

Contato: carolinafouraux@gmail.com

R53: Jogos condicionados como dispositivos pedagógicos de motivação no futsal escolar: um ensaio analítico-conceitual

Edilson Medeiros de Oliveira ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a

^a Laboratório de Pesquisa da Motivação e Desenvolvimento Humano (LPMDH),
Universidade São Judas Tadeu (USJT)

O ensino do futsal no ambiente escolar tem sido historicamente marcado por metodologias centradas na repetição técnica (método analítico-sintético) e no jogo livre (método global), modelos que podem limitar a autonomia decisional, o envolvimento dos estudantes e a diversidade de experiências no processo de ensino-aprendizagem. Diante desse cenário, o presente ensaio analítico-conceitual tem como objetivo discutir como os Jogos Condicionados (JC) podem influenciar a regulação motivacional no ensino do futsal escolar, articulando contribuições da pedagogia do esporte e da Teoria da Autodeterminação (TAD) para compreender como diferentes estruturas pedagógicas impactam a participação dos estudantes. Sob essa perspectiva, determinadas formas tradicionais de organização das tarefas podem favorecer padrões mais controlados de motivação, nos quais a participação é sustentada por exigências externas, expectativas normativas ou reprodução de gestos técnicos, reduzindo possibilidades de internalização mais autônoma da prática. Em contraste, os JC propõem adaptações nas regras, nos espaços e nos objetivos do jogo, criando ambientes pedagógicos que ampliam a tomada de decisão, a resolução de problemas e a interação social entre os alunos. À luz da TAD, tais características podem contribuir para a satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento, favorecendo deslocamentos graduais para formas mais autodeterminadas de participação. Nesse sentido, compreender os JC apenas como estratégia para dinamizar as aulas seria uma leitura limitada, pois seu potencial pedagógico reside na reorganização das experiências de aprendizagem e na construção de significados mais pessoais para o envolvimento com o jogo. Alguns estudos que investigaram intervenções baseadas em JC têm apontado associações

positivas com indicadores de engajamento e motivação autodeterminada, sugerindo que a estrutura das tarefas pode influenciar não apenas o desempenho técnico-tático, mas também a qualidade da experiência vivenciada pelos estudantes no jogo. Conclui-se que os JC podem ser compreendidos como propostas pedagógicas capazes de mediar a qualidade da motivação no ensino do futsal escolar, ampliando o debate sobre metodologias de ensino e indicando a necessidade de futuras investigações empíricas que aprofundem a relação entre organização das tarefas e processos motivacionais nas aulas de Educação Física.

Palavras-chave: Futsal; Jogos condicionados; Teoria da Autodeterminação; Regulação motivacional.

Contato: edilsonmedeirosfla@gmail.com

R54: “Vamos dançar”: vivências para pessoas com e sem deficiência visual

Maria Cecília Mourão Impellizzeri ^a; Rodrigo Delano Branco de Carvalho ^b; Graciele Massoli Rodrigues ^c

^a Doutoranda em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu (USJT)

^b Mestre em Ciências Fonoaudiológicas pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

^c Doutorado em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

Discussões e ações relacionadas às práticas corporais, desenham a área da Educação Física a tempos. Contudo, as condições pelas quais cada pessoa é exposta pela sua rotina ou pelo seu modo de ser/estar no mundo ganha espaço à medida que consideramos as particularidades. Ter deficiência pode se tornar um impedimento para uma vida ativa quando as oportunidades e a acessibilidade são escassas. Esse relato de experiência traz Projeto “Vamos dançar”: vivências para pessoas com e sem deficiência visual” que foi pensado para receber, formar e garantir o bailar com e para todos, considerando e primando o direito ao lazer e a novas aprendizagens para pessoas com deficiência. Sob os pilares do acesso, da formação e do autocuidado, um espaço de dança em salão recebe uma adequação estrutural com pranchas de reconhecimento tátil para localização, identificação em Braille e disponibilização de monitores-guias. Os monitores são voluntários que possuem uma breve formação em orientação, mobilidade e condução em dança para que acolham pessoas com deficiência visual. Antes de um baile ter início, garante-se que cada convidado reconheça o espaço e tenha seus pertences assegurados e com acesso autônomo. Um

diálogo inicial é conduzido pelos profissionais em Dança e Educação Física para que as intencionalidades dos encontros dançantes sejam efetivos e reverberem na vida de cada um(a) dos(as) participantes configurando um espaço de aprendizagens mútuo. Todos e todas são provocados a bailar com diferentes pares objetivando reconhecer as formas de ajustes nas conduções da dança em salão nos diferentes ritmos. Para iniciar este projeto, foi formatado e ministrado, um workshop com os seguintes objetivos: informar sobre temáticas relacionadas à perspectiva inclusiva, compreender a dança a dois como mediadora de inclusão e realizar treinamento de monitores para acolher pessoas com deficiência visual. Esse evento foi realizado na cidade de Belo Horizonte – MG/Brasil em 2025, com a participação de 81 pessoas, 38 com deficiência visual (18 com cegueira e 20 com baixa visão), 40 pessoas sem deficiência e 3 professores (2 sem deficiência e 1 com baixa visão). Contamos com o apoio de instituição especializada em atendimento a pessoas com deficiência visual, projeto de esporte dirigido a mesma população e um núcleo de apoio psicopedagógico universitário. Foram coletadas narrativas dos participantes que foram tratadas pela Análise de Temática. Os registros de fotos e vídeos documentaram também todas as ações desenvolvidas. Para além das reivindicações pessoais adequadas dos acessos aos espaços de lazer para pessoas com deficiência, identificamos nas narrativas que é preciso reconhecer as necessidades, ampliar as potencialidades e a partir da equidade, reconstruir novas possibilidades nos diferentes espaços onde a dança possa ser vivenciada por quaisquer pessoas.

Palavras-chave: Deficiência visual; Dança; Acessibilidade.

Contato: prof.graciele@ulife.com.br

R55: Correlação entre motivação, competência, experiência esportiva e avaliação do treinador de atletas de voleibol feminino

Júlia Ribeiro de Oliveira ^a; Ana Catarina Gomes ^a; Vitória Aparecida Santos de Campos ^a; Laura Rodrigues Queiroz ^b; Helder Zimmermann de Oliveira ^c; Danilo Reis Coimbra ^a

^a Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Educação Física e Desportos

^b Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Psicologia

^c Universidade Salgado de Oliveira, Faculdade de Educação Física e Desportos

O talento esportivo no voleibol é considerado multidimensional, pois envolve a integração de excelentes fatores biológicos, psicológicos e cognitivos para atingir alto desempenho esportivo. À luz da Teoria da Autodeterminação, a motivação

autodeterminada está atrelada às necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e relacionamento, e, conforme essas necessidades são atendidas ou frustradas, repercutem em indivíduos amotivados, regulados ou motivados intrinsecamente. Conforme são submetidos a processos de treinamento e ao tempo de prática os atletas adquirem novos conhecimentos e experiência, o que influenciará diretamente no nível de desempenho demonstrado por eles, ao mesmo tempo em que o treinador utiliza seus conhecimentos para avaliar o potencial esportivo do atleta. Assim, o objetivo do estudo é correlacionar amotivação, competência percebida, aspectos intangíveis e potencial futuro avaliados subjetivamente pelo treinador e experiência esportiva acumulada durante uma temporada em atletas de voleibol feminino de categorias de base. Participaram um treinador e 44 atletas do sexo feminino (média de idade = 13,26 anos), pertencentes às categorias transição, sub-13, sub-14 e sub-15/16 de uma equipe de Minas Gerais. Ao final da temporada, as atletas responderam à *Sport Motivation Scale* (SMS-Br) e à *Basic Needs Satisfaction in Sport Scale* (BNSSS), para avaliação de amotivação e competência percebida, respectivamente. Para avaliar as atletas, o treinador respondeu aos instrumentos de Avaliação de Aspectos Intangíveis (desempenho atual) e Potencial Esportivo (desempenho futuro). O questionário Experiência Esportiva foi aplicado mensalmente durante 10 meses, totalizando média acumulada de 185,04 horas de treino. Utilizou-se estatística descritiva (médias) e correlação de Pearson, com significância $p \leq 0,05$. Observou-se correlação negativa e moderada entre amotivação e competência percebida ($r = -0,46$; $p = 0,002$), entre amotivação e potencial esportivo futuro avaliado pelo treinador ($r = -0,50$; $p = 0,001$) e entre amotivação e aspectos intangíveis ($r = -0,49$; $p = 0,001$). Adicionalmente, foram identificadas correlações positivas e moderadas entre competência percebida e potencial esportivo futuro ($r = 0,49$; $p = 0,001$), competência percebida e aspectos intangíveis ($r = 0,55$; $p < 0,001$), e aspectos intangíveis e experiência esportiva acumulada ($r = 0,50$; $p < 0,001$). Os achados demonstram que há uma relação direta da avaliação do subjetiva do treinador com a competência percebida e com a experiência esportiva das atletas e uma relação inversa com a amotivação. Portanto, os resultados reforçam a importância da satisfação da necessidade básica de competência percebida e da experiência esportiva para o desenvolvimento do talento no voleibol feminino de base.

Palavras-chave: Talento esportivo; Voleibol; Amotivação; Competência percebida; Treinador

Contato: juliafaefid@gmail.com

R56: Da quadra ao doutorado: trajetória profissional e produção científica no vôlei sentado

Donizeti de Jesus Pereira Domingues Junior ^a; Rodrigo da Silva Paiva ^b; Marcelo Callegari Zanetti ^a, Érico Chagas Caperuto ^a, Guilherme Canalle Vieira ^a; Nathalia Bernardes ^a

^a Universidade São Judas Tadeu, Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física

^b Faculdade de Educação Física de Sorocaba

O desenvolvimento humano no esporte é marcado por experiências formativas, processos motivacionais e qualificação acadêmica. No contexto do Jogos Paralímpicos e do Movimento Paralímpico, o Vôlei Sentado consolidou-se como modalidade de alto rendimento vinculada ao Comitê Paralímpico Brasileiro. Este estudo de caso tem como objetivo descrever e analisar a trajetória profissional e acadêmica de um treinador e pesquisador, articulando vivências esportivas, formação científica e desenvolvimento de instrumento aplicado ao Vôlei Sentado. A trajetória iniciou-se na escola pública, onde o contato com o voleibol foi determinante para a escolha profissional. A vivência como atleta em equipes regionais e participação em competições ampliaram a identificação com o esporte e estimularam a busca por formação acadêmica. Em 2011, o ingresso no curso de Educação Física ocorreu por meio de bolsa de estudos vinculada à prática esportiva, marcando a transição da carreira de atleta para a docência e gestão esportiva. Posteriormente, especializações e certificações como treinador credenciado pela Confederação Brasileira de Voleibol ampliaram a atuação profissional. A participação em duas edições olímpicas (Rio 2016 e Paris 2024) fortaleceu a percepção sobre a importância da formação acadêmica no alto rendimento. No mestrado, buscou-se instrumento acessível de análise de jogo, optando-se pelo Coeficiente de Coleman (2002), capaz de avaliar fundamentos de forma integrada. No doutorado, o foco voltou-se à adaptação desse instrumento ao Vôlei Sentado, com análise das fases finais do Campeonato Brasileiro Masculino 2024, gravação de sete jogos e aplicação de questionário às comissões técnicas, com aprovação ética. Os achados parciais indicam que equipes vencedoras apresentam melhores índices em ações terminais (saque, ataque e bloqueio), reforçando a relevância da análise de desempenho para tomada de decisão técnica. Sob a perspectiva motivacional, a trajetória evidencia fatores como motivação intrínseca, percepção de competência, autonomia profissional e pertencimento ao ambiente esportivo. Conclui-se que a integração entre prática esportiva, formação acadêmica e

produção científica contribui para o desenvolvimento humano e para o avanço metodológico do Vôlei Sentado, fortalecendo a profissionalização da modalidade.

Palavras-chave: Vôlei Sentado; Motivação; Análise de Desempenho.

Contato: donizeti93@gmail.com

R57: Tecnologias digitais e aderência ao exercício em pessoas com deficiência: uma abordagem biopsicossocial baseada na Teoria da Autodeterminação

Pedro Santolin dos Santos ^a; Carlos Eduardo Rosa da Silva ^a; Diego Cezar Santiago dos Santos ^a; Thiago Beraldo da Silveira ^a; Diego Leandro Lovatto ^a; André Luís Rodrigues Santos ^a; Jose Eduardo Hydes Marco Antônio ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a e Aylton Figueira Junior ^a

^a Universidade São Judas Tadeu. Programa de Pós-Graduação em Educação Física.
São Paulo, Brasil.

Pessoas com deficiência (PcD) apresentam níveis significativamente mais elevados de inatividade física quando comparadas à população geral, fenômeno amplamente associado à presença de barreiras inter-relacionadas de natureza biológica, psicológica e social. Limitações funcionais específicas, experiências prévias de exclusão, baixa autoeficácia, estigma social, dificuldades de acessibilidade urbana e escassez de programas adaptados configuram um cenário que compromete a participação regular em atividades físicas. Embora tecnologias digitais, como aplicativos de atividade física, dispositivos vestíveis (wearables) e plataformas remotas de acompanhamento, tenham ampliado o acesso ao monitoramento, à prescrição individualizada e ao suporte virtual, sua efetividade na promoção da aderência permanece limitada quando não fundamentada em modelos teóricos robustos de mudança comportamental. A literatura recente evidencia lacunas relacionadas à acessibilidade estrutural, à personalização profunda das intervenções e à integração dessas ferramentas a ecossistemas de cuidado multiprofissionais. Analisar criticamente o potencial das tecnologias digitais na promoção da aderência ao exercício físico em PcD, a partir de uma perspectiva biopsicossocial ancorada na Teoria da Autodeterminação (*Self-Determination Theory* – SDT). Trata-se de um ensaio teórico fundamentado em revisão narrativa da literatura nacional e internacional, com ênfase em evidências acerca da participação de PcD em atividade física, acessibilidade digital, validade de dispositivos vestíveis para monitoramento fisiológico e fundamentos motivacionais propostos pela SDT. A abordagem biopsicossocial sustenta que a inatividade em PcD resulta da interação dinâmica entre

limitações fisiológicas, fatores psicossociais, tais como motivação, percepção de competência e medo de lesões, e barreiras ambientais e atitudinais. À luz da SDT, a aderência sustentável depende da satisfação das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e vínculo social. Aplicativos que oferecem escolhas reais, metas ajustáveis, feedback positivo individualizado, progressão adaptativa e recursos de conexão social tendem a favorecer a internalização da motivação e o engajamento de longo prazo. Contudo, observa-se que muitos aplicativos são desenvolvidos sem a participação ativa de PcD, apresentam personalização superficial e priorizam métricas quantitativas em detrimento da experiência subjetiva e afetiva do exercício. Evidências indicam ainda que dispositivos vestíveis apresentam validade clinicamente aceitável para monitoramento longitudinal da variabilidade da frequência cardíaca, podendo subsidiar intervenções mais individualizadas quando integrados a programas supervisionados. A integração entre o modelo biopsicossocial e a Teoria da Autodeterminação oferece um referencial consistente para o desenvolvimento de tecnologias verdadeiramente inclusivas e motivacionalmente sustentáveis. Para promover aderência duradoura, aplicativos devem transcender a lógica exclusivamente prescritiva e atuar como ambientes motivacionais adaptativos, incorporando princípios de design universal e inserindo-se em ecossistemas de cuidado com suporte profissional contínuo.

Palavras-chave: Pessoas com deficiência; Aderência ao exercício; Tecnologias digitais; Teoria da Autodeterminação; Modelo biopsicossocial.

Contato: santolin_1999@outlook.com

R58: Treinamento de força em intensidade autosselecionada versus prescrita: efeitos sobre volume total e necessidades psicológicas básicas

Carlos Eduardo Rosa da Silva ^a; Pedro Santolin ^a; Diego Santiago ^a; Thiago Beraldo ^a; Diego Lovatto ^a; Andre Luis Santos ^a; José Eduardo Hydes ^a; Aylton Figueira Junior ^a

^a Universidade São Judas Tadeu. Programa de Pós-Graduação em Educação Física.
São Paulo, Brasil

A prescrição da intensidade e do volume total do treinamento de força (TF) é determinante nas adaptações morfológicas, funcionais e melhora da capacidade funcional. Assim, a prescrição da intensidade é um grande desafio nas respostas afetivas nesse treinamento. A intensidade autosselecionada é associada a respostas afetivas mais favoráveis, potencialmente relevantes na adesão ao exercício físico, embora sua relação com o volume total de treinamento ainda não esteja claramente

estabelecida. Comparar os efeitos de dois protocolos de TF, realizados em intensidade autosselcionada e intensidade prescrita, sobre o volume total de treinamento e as necessidades psicológicas básicas em mulheres adultas. Participaram 11 mulheres não praticantes de exercício físico há pelo menos seis meses ($46 \pm 5,8$ anos; $IMC = 29,9 \pm 3,3$ kg/m²). Elas foram submetidas a um experimento cruzado e randomizado, realizando duas sessões de TF em condições distintas: intensidade autosselcionada (AS) e intensidade prescrita (PR) a 60% de 1RM, conforme recomendações do *American College of Sports Medicine*. Os testes de 1RM foram realizados nos exercícios leg press 45°, supino, puxada anterior e cadeira extensora. Em ambas as condições, foram executadas três séries de 12 a 15 repetições, com intervalo de um minuto entre séries e intervalo mínimo de 72 horas entre sessões. O BPFNS (*Basic Psychological Needs Satisfaction and Frustration Scale*) avaliou as necessidades psicológicas básicas, dos construtos autonomia, relacionamento e competência. Realizou-se o teste t pareado, adotando-se critério de significância $p < 0,05$. Houve valores significativamente menores de intensidade em comparação à condição prescrita (PR= 60%1RM; AS= $54,2 \pm 1,5\%$; $\Delta\% = -10,76\%$; $p < 0,001$). O volume total de treinamento (séries X repetições X kg) não diferiu significativamente entre os protocolos (PR= 3923.6 ± 41 kg, AS= 4060.2 ± 396.2 kg; $\Delta\% = 3,50\%$; $p = 0,94$). Observou-se aumento expressivo da autonomia na condição autosselcionada em relação à prescrita ($\Delta\% = 237,17\%$; $p < 0,001$). As dimensões relacionamento ($\Delta\% = 22,39\%$; $p = 0,084$) e competência ($\Delta\% = 2,98\%$; $p = 0,708$) não apresentaram diferenças estatisticamente significativas entre as condições. O treinamento de força em intensidade autosselcionada promoveu maior percepção de autonomia sem comprometer o volume total de treinamento, quando comparado à intensidade prescrita. Esses achados reforçam o potencial da autosselação da intensidade como estratégia viável para otimizar aspectos motivacionais do TF, especialmente em populações não treinadas. Aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Judas (parecer nº 4.583.831).

Palavras-chave: Treinamento de força; Intensidade do exercício; Motivação; Autonomia; Mulheres.

Contato: silva_personal@hotmail.com

R59: O direito da pessoa idosa à prática de atividade física: motivação, autonomia e políticas públicas para o envelhecimento ativo

Anelise Rigotti ^a; Ângela Márcia Silva Invenção ^a; Daniela Braz do Nascimento ^a; Priscila Long Amorim Bichara Pipa ^a; Rosidete Oliveira Arraias ^a; Guilherme Carlos

Brech ^a; Marta Ferreira Bastos ^a; Valdilene Aline Nogueira Vilas Boas ^a; Priscila Larcher Longo ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

O envelhecimento populacional brasileiro tem ampliado a ocorrência de doenças crônicas, limitações funcionais e vulnerabilidades sociais, impondo desafios relevantes às políticas públicas de saúde e de desenvolvimento humano. Nesse contexto, a prática de atividade física destaca-se não apenas como estratégia de promoção da saúde, mas como expressão de um direito social fundamental, diretamente vinculado à autonomia, à dignidade e ao envelhecimento ativo. Evidências científicas indicam que a adesão e a permanência da pessoa idosa na prática de atividade física não dependem exclusivamente da motivação individual, mas são influenciadas por fatores psicossociais, ambientais e institucionais, o que exige respostas estruturadas do poder público. O objetivo deste estudo é analisar o direito da pessoa idosa à prática de atividade física à luz do artigo 20 do Estatuto da Pessoa Idosa e do Projeto de Lei nº 4.974/2023, articulando fundamentos jurídicos com aspectos motivacionais e psicossociais relacionados à manutenção do comportamento ativo. Trata-se de uma análise teórico-reflexiva, fundamentada em revisão bibliográfica narrativa, com recorte temporal entre 2013 e 2025, priorizando produções das áreas do Direito, Psicologia e Educação Física. Foram consideradas legislações, projetos de lei, artigos científicos e documentos institucionais relacionados à motivação, desenvolvimento humano, envelhecimento ativo e políticas públicas voltadas à pessoa idosa, com consulta às bases SciELO, PubMed e Google Scholar, além de análise normativa dos diplomas legais selecionados. Os resultados indicam que o artigo 20 do Estatuto da Pessoa Idosa reconhece formalmente a atividade física como direito social, porém apresenta lacuna operacional, decorrente da ausência de diretrizes concretas de implementação, financiamento, monitoramento e responsabilização estatal, o que limita sua efetividade prática. O Projeto de Lei nº 4.974/2023 representa avanço normativo ao reconhecer que a adesão e a permanência da pessoa idosa na prática de atividade física dependem de determinantes psicossociais, ambientais e institucionais, superando a compreensão individualizante do comportamento ativo. Ainda assim, observam-se limites operacionais relacionados à articulação intersetorial e à capilaridade territorial das ações propostas. Conclui-se que o direito da pessoa idosa à prática de atividade física encontra-se juridicamente reconhecido no ordenamento brasileiro, porém com limitações operacionais que dificultam sua efetivação. Os achados evidenciam que a atividade física, no envelhecimento, deve ser compreendida como fenômeno multidimensional, cuja concretização depende da

articulação entre normativas legais, políticas públicas e condições estruturais favoráveis.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Atividade física; Motivação; Direito ao esporte; Envelhecimento ativo.

Contato: annerigotti@gmail.com

R60: *Hardiness* como fator preditivo do desempenho humano em ambientes militares de alta demanda: uma revisão de literatura

Flávia Krüger Coimbra Menezes ^a; Guilherme Eugênio van Keulen ^a

^a Universidade da Força Aérea - UNIFA

Ambientes militares de alta exigência impõem condições extremas que elevam as taxas de evasão, comprometem a saúde e desafiam processos de adaptação psicológica e desenvolvimento humano em contextos de alto desempenho. A *hardiness* — robustez psicológica composta por comprometimento, controle e desafio — tem sido apontada como recurso de proteção psíquica nesses contextos. Nesse sentido, a *hardiness* pode ser compreendida como um mecanismo motivacional adaptativo, capaz de sustentar engajamento, persistência e orientação para metas sob condições adversas. Apesar do crescimento das publicações, ainda inexiste síntese integrativa que articule simultaneamente indicadores psicofisiológicos, estratégias de *coping* e desfechos operacionais em ambientes militares de alta demanda. Este estudo objetiva mapear e analisar criticamente a produção científica de 2015 a 2025 sobre a relação entre *hardiness* e desempenho humano em militares, identificando padrões, lacunas e implicações para treinamentos operacionais. Trata-se de revisão narrativa conduzida conforme protocolo previamente registrado no Open Science Framework (OSF), assegurando transparência e reprodutibilidade metodológica. Buscas realizadas em agosto de 2025 nas bases *PubMed*, *Scopus* e *Web of Science* resultaram em 199 registros; após deduplicação, triagem e leitura integral, 23 estudos atenderam aos critérios de elegibilidade. Com a busca manual (*snowballing*), totalizaram-se 27 estudos incluídos. Dos estudos analisados, 70% foram publicados após 2020, com predominância de delineamentos transversais (48%) e amostras de países da OTAN (56%). Os achados se organizam em três eixos: (1) indicadores psicofisiológicos — altos escores de *hardiness* associaram-se a maior variabilidade da frequência cardíaca, menores níveis de cortisol e melhor recuperação cardiovascular e hormonal em treinamentos extremos; (2) estratégias de *coping* — a robustez favoreceu enfrentamento ativo e reduziu padrões evitativos, com efeito protetor

sobre ansiedade, depressão e TEPT; e (3) desempenho operacional — a *hardiness* predisse maior persistência em cursos seletivos, melhor liderança e menor risco de burnout. A dimensão desafio apresentou efeitos ambivalentes em alguns contextos. As principais limitações encontradas foram a predominância de delineamentos transversais, a heterogeneidade dos instrumentos utilizados e a concentração geográfica em países da OTAN, com apenas uma validação nacional (QRP/AMAN). Conclui-se que a *hardiness* configura fator psicológico central para o desempenho humano e para processos de adaptação e desenvolvimento em contextos de alta demanda, com impacto sobre a regulação psicofisiológica, o *coping* e a persistência operacional. Recomenda-se ampliar estudos longitudinais, harmonizar instrumentos e desenvolver intervenções psicoeducacionais baseadas em evidências visando integrar a *hardiness* como competência treinável em programas de formação e preparação militar.

Palavras-chave: *Hardiness*; Estresse operacional; Desempenho humano; Indicadores psicofisiológicos; Forças Armadas.

Contato: krugerfcm@gmail.com

R61: A influência da gestão executiva de clubes na motivação dos gestores do esporte

João Fabiano Salviato ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a

^aUniversidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

Os clubes esportivos, sociais e recreativos brasileiros constituem organizações associativas historicamente estruturadas sob modelos diretivos eletivos, nos quais a gestão executiva é exercida majoritariamente por dirigentes voluntários subordinados a estatutos e regimentos internos, enquanto a gestão técnica do esporte é conduzida por profissionais contratados. Embora o planejamento estratégico seja reconhecido como ferramenta para o sucesso institucional, observa-se predominância de decisões intuitivas e pouco alinhadas a referenciais técnicos, o que pode gerar descontinuidade de ações em contextos de alternância eleitoral da gestão executiva, comprometendo processos organizacionais e afetando o desenvolvimento humano no ambiente esportivo. À luz da Teoria da Autodeterminação, especialmente das microteorias das Necessidades Psicológicas Básicas, da Integração Organísmica e da Avaliação Cognitiva, este estudo parte do pressuposto de que o ambiente organizacional influencia a satisfação das necessidades de autonomia, competência e relacionamento, impactando o tipo e a qualidade da motivação dos gestores do

esporte. O objetivo consiste em compreender como as ações da gestão executiva influenciam a motivação desses profissionais, investigando suas percepções acerca da autonomia decisória, do reconhecimento da competência e das relações institucionais estabelecidas na hierarquia organizacional. Trata-se de pesquisa qualitativa, com aplicação de entrevistas semiestruturadas a dez gestores do esporte atuantes em clubes do Estado de São Paulo, selecionados segundo critérios de porte institucional, número de modalidades oferecidas e estrutura de colaboradores. As entrevistas, com duração média de 45 minutos, serão realizadas em formato online, gravadas mediante consentimento e posteriormente transcritas. A análise dos dados será fundamentada na Análise Temática Reflexiva de Braun e Clarke, desenvolvida em seis etapas, priorizando profundidade interpretativa e coerência teórica, não adotando a saturação como critério definidor do tamanho amostral. Projeta-se identificar padrões temáticos que evidenciem como modelos diretivos excessivamente centralizadores podem restringir a autonomia e deslocar a motivação para formas mais controladas, enquanto práticas participativas e alinhadas a princípios técnicos tendem a favorecer a internalização de metas institucionais, a continuidade de ações em médio e longo prazo e a motivação autodeterminada. Espera-se que a Teoria da Autodeterminação ofereça lente interpretativa consistente para compreender os efeitos psicossociais das práticas de gestão sobre gestores do esporte, contribuindo para o debate sobre governança, profissionalização e desenvolvimento humano em clubes associativos.

Palavras-chave: Gestão de Clubes; Motivação; Teoria da Autodeterminação; Necessidades Psicológicas Básicas; Governança.

Contato: joaofabianosalviato@gmail.com

R62: Protagonismo da pessoa idosa em atividades corporais: relato de experiência na formação em enfermagem em instituição de longa permanência para pessoa idosa

Rosidete Oliveira Arraias ^a; Anelise Rigotti ^a; Angela Márcia Silva Ivenção ^a; Daniela Braz do Nascimento ^a; Priscila Long Amorim Bichara Pipa ^a; Priscila Larcher Longo ^a; Valdilene Aline Nogueira Vilas Boas ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

O envelhecimento populacional impõe às Instituições de Longa Permanência para Pessoas Idosas (ILPIs) o desafio de promover cuidado integral que vá além da assistência clínica, contemplando autonomia, socialização e estímulo ao movimento. A RDC nº 502/2021 estabelece a obrigatoriedade do desenvolvimento de atividades

recreativas e ocupacionais, reconhecendo seu papel na manutenção da funcionalidade e qualidade de vida. O Estatuto da Pessoa Idosa reforça o direito à dignidade, participação social e acesso a atividades que favoreçam bem-estar físico e mental. Este estudo relata a experiência de implementação de atividades corporais grupais fundamentadas no protagonismo da pessoa idosa, no contexto da formação em enfermagem, em uma ILPI do estado de São Paulo. Trata-se de estudo de caso, descritivo, com abordagem qualitativa, desenvolvido a partir de vivências pedagógicas supervisionadas por enfermeira docente com graduandos em enfermagem. Durante o reconhecimento de campo, são apresentadas rotinas institucionais e propostas previstas para o estágio, incluindo ações recreativas, que passam a ser discutidas pelos discentes e docente. As atividades foram organizadas em formato grupal, previamente construídas a partir da escuta ativa individual com cada residente, no âmbito do Processo de Enfermagem, considerando condições clínicas e preferências, com caráter lúdico e participativo, incluindo alongamentos adaptados, movimentos rítmicos, exercícios leves com música estimulando as memórias corporais, priorizando a escolha compartilhada das dinâmicas. As observações referentes à adesão, interação e repercussões foram registradas em diário de bordo, discutidas nas rodas de conversa ao final das intervenções e complementadas pelos registros de evolução de enfermagem, sendo organizadas de forma descritiva para identificação de padrões de participação e motivação. A equipe multidisciplinar, composta por enfermeira, fisioterapeuta, nutricionista e psicóloga, apoiou as propostas elaboradas pelos discentes, contribuindo com orientações técnicas durante a realização das atividades. Observou-se maior adesão quando as práticas ocorriam em grupo e de forma dinâmica, em comparação às intervenções individualizadas centradas na avaliação clínica. A equipe identificou repercussão positiva no humor, interação social e motivação para o movimento, além do fortalecimento do vínculo institucional. Para os estudantes, a experiência ampliou a compreensão da enfermagem humanizada e de práticas centradas na pessoa idosa, valorizando histórias de vida, preferências e significados atribuídos ao movimento na promoção do envelhecimento ativo. Conclui-se que atividades corporais grupais fundamentadas no protagonismo da pessoa idosa mostram-se estratégia eficaz de promoção da saúde, alinhada às normativas vigentes, reafirmando movimento e participação como dimensões essenciais do envelhecimento saudável e fortalecendo práticas interdisciplinares centradas nas potencialidades da pessoa idosa.

Palavras-chave: Atividade física; Enfermagem; Envelhecimento ativo; Recreação.

Contato: roarraiasenfermeira@gmail.com

R63: Educação física inclusiva e motivação para a participação: relato de caso a partir de uma experiência com esportes paralímpicosDanilo Aparecido da Cruz ^a ; Wilton Almeida Santos ^a; Alexandre Paixão da Costa ^a^a Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo/SP, Brasil

Apesar de o direito à educação inclusiva estar assegurado na legislação brasileira, o grande desafio cotidiano das escolas continua sendo transformar essa garantia formal em experiências concretas de participação e pertencimento. Mais do que assegurar matrícula, trata-se de criar condições para que os estudantes se sintam parte do processo e motivados a aprender. Na Educação Física escolar, os esportes paralímpicos despontam como possibilidade pedagógica relevante, pois ampliam o repertório motor, relativizam a lógica exclusiva do desempenho e favorecem ambientes cooperativos, nos quais diferentes formas de movimento são reconhecidas e valorizadas. Quando a motivação é compreendida sob perspectivas contemporâneas, como fenômeno relacional e contextual associado às experiências de autonomia, competência e pertencimento, a inclusão revela seu potencial de fortalecer o engajamento e impulsionar o desenvolvimento humano. Assim, este trabalho se propõe a relatar e analisar os efeitos pedagógicos e motivacionais de um Festival Paralímpico realizado em uma escola municipal do interior paulista, articulando inclusão, formação docente e cultura paralímpica. O relato de caso foi desenvolvido com alunos do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental durante a Semana Municipal do Brincar de 2024. A experiência foi acompanhada por observação participante, registros de campo elaborados pelo professor responsável e relatos reflexivos dos docentes, posteriormente sistematizados de forma descritiva e analítica. Ao longo de quatro dias, realizaram-se jogos de bocha paralímpica adaptada, circuitos motores com privação visual e condução por guia, vôlei sentado, basquete adaptado e outras atividades inclusivas, com flexibilização de regras, reorganização dos espaços e uso de materiais alternativos, garantindo a participação efetiva de todos. Observou-se elevado envolvimento dos estudantes, aumento da motivação para as aulas e fortalecimento de atitudes cooperativas entre alunos com e sem deficiência. Estudantes com paralisia cerebral, baixa visão e deficiência intelectual participaram ativamente das propostas, demonstrando maior autonomia, sentimento de competência e integração ao grupo. A experiência também mobilizou professores e equipe gestora, gerando reflexões sobre práticas inclusivas e reforçando a importância da intencionalidade pedagógica para sustentar o engajamento discente. Conclui-se que iniciativas dessa natureza contribuem para o desenvolvimento motor, social e atitudinal dos estudantes ao favorecer autonomia, pertencimento e

participação, elementos centrais nos processos motivacionais e no desenvolvimento humano em contextos escolares inclusivos.

Palavras-chave: Motivação; Educação Física escolar; Inclusão; Esportes paralímpicos; Relato de caso.

Contato: danilogalan@gmail.com

R64: Identidade profissional e maestria no alto rendimento: um estudo de caso com uma treinadora brasileira de vôlei de praia vencedora em série

Rosemeire de Oliveira ^a; Graciele Massoli Rodrigues ^a

^a Universidade São Judas Tadeu (USJT)

Este estudo investigou os processos de construção da identidade profissional e da maestria de uma treinadora brasileira vencedora em série, a partir dos sentidos atribuídos à própria trajetória, às escolhas realizadas ao longo da carreira e às práticas desenvolvidas no contexto do esporte de alto rendimento. O termo vencedora em série, adotado em estudos internacionais no campo do coaching esportivo, refere-se a treinadores(as) que alcançam sucesso consistente ao longo do tempo, com conquistas reiteradas em diferentes ciclos competitivos, incluindo campeonatos internacionais organizados por entidades como o Comitê Olímpico Internacional (COI) e a Federação Internacional de Voleibol (FIVB), sustentando elevados níveis de excelência técnica, pedagógica e humana. O objetivo foi compreender como se constituem, ao longo da trajetória profissional, os processos identitários, os saberes mobilizados e as condições contextuais que sustentam a permanência e a atuação de uma treinadora mulher no comando técnico de duplas de vôlei de praia. Adotou-se abordagem qualitativa, com delineamento de estudo de caso, ancorada em análise temática. O recorte empírico centrou-se na trajetória de uma treinadora brasileira de vôlei de praia reconhecida por sua longevidade no cenário competitivo e pelo acúmulo de títulos em diferentes ciclos esportivos. A coleta de informações ocorreu por meio de entrevista narrativa em profundidade, a partir de roteiro previamente validado por especialistas da área, sendo o estudo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer nº 6.689.837. A análise temática foi organizada em três eixos: identidade profissional, saberes mobilizados na prática e contexto de atuação. Os resultados indicam que a condição de vencedora em série, no comando técnico de duplas femininas e masculinas, não se sustenta apenas em competências técnico-táticas, mas envolve autoconstrução profissional contínua, compromisso com o ofício, aprendizagem permanente, clareza de propósito, escuta sensível e enfrentamento de

barreiras estruturais e assimetrias de gênero presentes no campo esportivo. A treinadora legitimou sua autoridade por meio da experiência prática acumulada, da construção de vínculos de confiança com as atletas e da coerência entre valores e decisões. Conclui-se que a maestria no alto rendimento, sob a perspectiva do desenvolvimento humano, configura-se como processo dinâmico e sustentado, articulando motivação, identidade profissional e sentido do trabalho ao longo do tempo. A originalidade reside na valorização de uma experiência feminina brasileira, ampliando o debate sobre formação de treinadoras, equidade de gênero e práticas pedagógicas mais humanas no esporte de alto rendimento.

Palavras-chave: Treinadora brasileira vencedora em série; Identidade profissional; Maestria; Vôlei de Praia; Esporte de alto rendimento.

Contato: profa.roliveira@gmail.com

R65: Dynamic Motivational Stability: a multilevel integrative systems framework for long-term physical activity maintenance

Marcelo Callegari Zanetti ^a; Érico Chagas Caperuto ^a; Iris Callado Sanches ^a; Nathalia Bernardes ^a; Marcos Alencar Abaide Balbinotti ^b

^a Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

^b Universidade do Quebec em Trois-Rivières, UQTR, Trois-Rivières, QC, Canadá

Long-term physical activity maintenance remains conceptually fragmented. Existing accounts emphasize intention strength, habit consolidation, autonomous motivation, identity commitment, or affective experience as primary predictors of persistence, yet these approaches largely operate in parallel, offering partial explanations of behavioral continuity under intraindividual affective volatility. Current models explain why individuals initiate activity or report high motivation, but insufficiently clarify how engagement remains stable under recurrent fluctuations in affect, stress, competing goals, and contextual demands. This theoretical essay advances Dynamic Motivational Stability (DMS) as a multilevel integrative systems framework that reorganizes these traditions into a unified explanatory architecture. Rather than treating maintenance as the persistence of high motivational intensity or the accumulation of automaticity, DMS conceptualizes sustained engagement as an emergent property of regulatory organization within person–context systems. Integrating Self-Determination Theory, identity-based perspectives, affective science, and dynamic systems theory, the model proposes that long-term engagement depends on patterned coupling among identity centrality, need-based motivational quality (autonomous versus controlled

regulation), adaptive affective modulation, and contextual feedback loops (e.g., social support, opportunity structures, performance cues, goal competition). At the micro-temporal level, affective responses during activity function as regulatory signals shaping effort allocation and approach–avoidance tendencies; across repeated cycles, these signals are encoded as remembered and anticipated affect, progressively restructuring identity centrality as activity becomes integrated into the self as a personally endorsed domain. Need satisfaction stabilizes this integration, whereas controlled regulation amplifies affective variability and weakens identity consolidation. The central proposition is that persistence is predicted less by mean levels of motivation, pleasure, or intention than by the degree of integrative coherence linking identity centrality to flexible affect regulation under perturbation. Stability denotes patterned equilibrium under variability, not rigidity or affect suppression: elevated motivational magnitude, when not embedded within coherent regulatory organization, remains vulnerable to disruption, whereas moderate motivational magnitude integrated with identity and adaptive affect regulation sustains engagement despite discomfort or stress. DMS is not reducible to autonomous motivation, identity salience, or affective positivity in isolation, but to their dynamic coupling across perturbation. The framework yields falsifiable predictions for longitudinal, multilevel, and intraindividual designs, suggesting that DMS can be operationalized through indicators such as within-person affect variability, identity–affect coupling trajectories, and stress-buffering slopes predicting behavioral continuity. Boundary conditions are explicit: DMS explains maintenance under affective and contextual variability rather than structural coercion, primarily applies after initial identity consolidation, and distinguishes adaptive stability from rigid or compulsive persistence.

Keywords: Physical activity maintenance; Dynamic motivational stability; Identity centrality; Affective dynamics; Self-Determination Theory; Multilevel systems.

Contato: prof.marcelozanetti@ulife.com.br

**R66: Motivação e desenvolvimento humano no futebol de base: relato
comparativo entre contextos masculino e feminino**

Rodrigo Ferreira Machado ^a; André Vinicius Soares Locce da Silva ^b; Paula Teixeira
Fernandes ^b

^a Universidade São Francisco (USF), Brasil

^b Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Brasil

REALIZAÇÃO

sãojudas
pesquisa &
pós-graduação
stricto sensu

PPS
educação
física

Lpmdh
Laboratório de
Pesquisa em
Motivação e
Desenvolvimento Humano

ABEPEEx
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTUDOS EM
PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO

APOIO

CAPES

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIAS E RECONSTRUÇÃO

FAPESP
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Atleta
Campeão**

A motivação constitui um constructo multidimensional e elemento central no processo de desenvolvimento humano inserido no contexto esportivo, exercendo influência determinante sobre o engajamento atlético, a regulação emocional, a coesão de grupo e a qualidade técnica e psicossocial da formação esportiva. No cenário do futebol de base brasileiro, as disparidades institucionais, estruturais e as matrizes socioculturais de gênero originam experiências subjetivas e trajetórias de desenvolvimento distintas entre atletas das categorias masculinas e femininas, impactando diretamente a construção da identidade esportiva e a internalização de metas de rendimento e superação. O relato de experiência tem como objetivo relatar e analisar comparativamente a atuação prática em Psicologia do Esporte em categorias de base masculina, do Guarani Futebol Clube, e feminina, do Sport Club Corinthians Paulista durante uma temporada esportiva integral de Janeiro a Dezembro de 2025, com ênfase nas dinâmicas motivacionais e nos processos de subjetivação observados no cotidiano dos clubes. Metodologicamente, trata-se da prática profissional supervisionada, utilizando-se de observação participante, intervenções grupais pautadas em aportes teóricos da psicologia, ações de psicoeducação, estratégias de fortalecimento identitário e acompanhamento psicológico longitudinal no cotidiano institucional que incluiu atletas e comissão técnica como foco de trabalho. No contexto masculino, as intervenções focalizaram a consolidação do sentimento de pertencimento, construção de uma identidade coletiva resiliente e incremento da coesão da equipe, integrando dinâmicas de desenvolvimento do sujeito frente ao calendário competitivo e articulação interdisciplinar sistemática com a comissão técnica e setores de apoio. Os resultados indicaram elevada adesão às proposições interventivas, ampliação da consciência emocional dos atletas, otimização da organização psíquica pré-competitiva e robustecimento do compromisso com os objetivos coletivos da agremiação. Em contrapartida, no cenário feminino, a atuação transcorreu em um ecossistema caracterizado por demandas acentuadas de validação institucional e instabilidade estrutural crônica, o que evidenciou uma incidência superior de manifestações ansiosas correlacionadas ao desempenho e ao reconhecimento social. Intervenções direcionadas ao suporte emocional, à edificação da autoconfiança e à consolidação do senso de pertencimento foram cruciais para a manutenção do engajamento e da estabilidade motivacional frente às adversidades contextuais. A análise comparativa revelou que, enquanto no masculino a motivação vinculou-se à identidade grupal e à robustez organizacional, no feminino emergiram demandas críticas por segurança institucional e continuidade assistencial. A inserção sistemática e ética da Psicologia do Esporte no processo formativo é imperativa para a estruturação de ambientes

humanizados e psicologicamente sustentáveis, fomentando o desenvolvimento humano integral de jovens atletas em diversas realidades esportivas.

Palavras-chave: Categoria de Base; Futebol de Formação; Base Profissional; Alta Performance; Psicologia do Esporte.

Contato: machadorf95@gmail.com

R67: Motivações e barreiras para a prática esportiva de pessoas trans nos Centros Educacionais Unificados (CEUs) de São Paulo

Valéria Gil de Souza ^a; Renata Ferraz de Toledo ^a; Bruna Gabriela Marques ^a

^a Universidade São Judas Tadeu, USJT, SP, Brasil.

O Esporte, presente tanto na Constituição Federal (1988) como na Lei Geral do Esporte (2023), se legitima como um direito social, devendo ser acessível a todas as pessoas, independente da motivação para sua prática. A motivação trata-se de uma busca pela satisfação de necessidades humanas (nos âmbitos físico, cognitivo, psicológico e social), um processo psicológico que inicia e guia comportamentos orientados para um objetivo. A Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948) traz entre seus Artigos que todos os seres humanos são iguais em seus direitos e mesmo após mais de 70 anos de sua promulgação, muitas pessoas são cerceadas de seus direitos, tratadas com desigualdade e sofrem de insegurança coletiva, onde sua existência é colocada à prova, simplesmente por serem transexuais. As pessoas trans, assim como as pessoas cisgêneros, têm o direito à prática esportiva, seja por qualquer motivação. Esse trabalho buscou investigar motivações que levam pessoas trans a praticar esportes nos Centros Educacionais Unificados (CEUs), da cidade de São Paulo, equipamentos públicos que possuem educação, esporte, lazer e cultura. Por meio de uma pesquisa qualitativa, doze pessoas trans participaram de um grupo focal, aprovada pelo Comitê de Ética (CAAE: 70431923.1.00000.0089), teve como critérios de seleção serem frequentadoras dos CEUs e com mais de 18 anos. A análise do grupo focal se deu a partir da transcrição da gravação do encontro, seguida pela codificação e categorização temática das falas, focando na interação entre os participantes e não apenas em respostas individuais. Reconhecemos que as pessoas trans participantes buscam a prática de uma atividade esportiva, tendo como principais motivações intrínsecas, uma melhor saúde física e mental. Em contrapartida, relataram que existem diversos aspectos desmotivantes, podendo chegar até a amotivação, relacionados às barreiras para frequentar o CEU, influenciando a não utilização desse local, seja para aulas de esportes ou na utilização desses espaços para sua reserva.

Esses aspectos desmotivadores/amotivadores estão relacionados à utilização dos banheiros/vestiários e à divisão das turmas a partir de um sistema binário (masculino/feminino), falta de informação sobre transexualidade por parte dos envolvidos e do preconceito que gera não pertencimento. O esporte, enquanto direito social, deve ser inclusivo e pertencente a todas as pessoas. Para que isso ocorra, faz-se necessário o desenvolvimento de processos formativos e ações afirmativas constantes. Caso contrário, o CEU deixa de ser motivador para uma melhor qualidade de vida e passa a ser desmotivador/amotivador, segregando os direitos das pessoas trans à prática esportiva.

Palavras-chave: Centros Educacionais Unificados; Esporte para todos; Grupo focal; Preconceito; Transexualidade.

Contato: valeriagil_br@yahoo.com.br

R68: Impactos do sobrepeso e obesidade no trabalho em profissionais de saúde em um hospital quaternário: um estudo piloto

Gabrielle Bizerra Moreira ^a; Priscila Long Bichara Pipa ^a; Angélica Castilho Alonso ^a; Guilherme Carlos Brech ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

O excesso de peso entre profissionais de saúde representa fator de risco para comprometimento físico, emocional e ocupacional, especialmente em mulheres na transição para o envelhecimento. Este estudo teve como objetivo analisar os impactos do sobrepeso e da obesidade sobre parâmetros físicos, emocionais e laborais em funcionárias de um hospital quaternário, bem como verificar os efeitos de um programa estruturado de exercício físico supervisionado. Trata-se de estudo piloto, de um estudo prospectivo transversal aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (CAAE nº 93364525.0.0000.0068). realizado com 12 mulheres entre 30 e 65 anos, com índice de massa corporal entre 25,0 e 34,99 kg/m². A intervenção consistiu em treinamento supervisionado, realizado duas vezes por semana, durante 12 semanas. Foram avaliados a composição corporal, capacidade física, estresse no trabalho (Escala de Bem-Estar no Trabalho), imagem corporal (BSQ) e sintomas de depressão, ansiedade e estresse (DASS-21), antes e após a intervenção. Os resultados indicaram manutenção de níveis satisfatórios nas dimensões relacionais do trabalho, com maior variabilidade nos domínios de equilíbrio vida-trabalho e comunicação. Observou-se redução nos escores médios de depressão (11,1 para 8,9), ansiedade (10,2 para 7,8) e

estresse (20,7 para 17,5), com maior magnitude de melhora nos sintomas depressivos. Parte das participantes apresentaram migração de classificações moderadas ou graves para níveis normais ou leves após o período de intervenção. Os achados, ainda que preliminares, sugerem que programas estruturados de exercício físico podem contribuir para a melhora de indicadores emocionais em profissionais de saúde com excesso de peso, mesmo em contextos laborais de alta demanda. A implementação de estratégias de promoção de saúde no ambiente hospitalar pode representar abordagem viável para redução de sintomas psicológicos e fortalecimento do bem-estar ocupacional nessa população.

Palavras-chave: Massa corporal e obesidade; Gestão de pessoas na obesidade; Estresse e Burnout.

Contato: gabizerraestudos@gmail.com

R69: Divergência entre intensidade prescrita e percebida em aulas de Educação Física escolar

André Luís Rodrigues Santos ^a; Pedro Santolin dos Santos ^a; Gildeene da Silva Farias^a; Diego Cezar Santiago dos Santos ^a; Thiago Beraldo da Silveira ^a; Diego Leandro Lovatto ^a; Jose Eduardo Hydes Marco Antônio ^a; Carlos Eduardo Rosa da Silva ^a e Aylton Figueira Junior ^a

^a Universidade São Judas Tadeu. Grupo de Estudos em Treinamento, Atividade Física e Saúde-Programa de Pós-Graduação em Educação Física. São Paulo, Brasil

A percepção subjetiva de esforço (PSE) é amplamente utilizada como medida para avaliação da intensidade do exercício físico em crianças. Contudo, pode ocorrer divergência entre a PSE relatada pelos alunos e aquela previamente estimada pelo professor de Educação Física no planejamento da aula. Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo avaliar a correspondência entre a PSE prescrita pelos professores de Educação Física e a PSE efetivamente relatada pelos alunos durante as aulas. Participaram do estudo 43 estudantes do sexo masculino, classificados como eutróficos segundo o índice de massa corporal por idade (z-score entre -2 e +1 DP), conforme critérios da Organização Mundial de Saúde, com idade média de $10 \pm 0,8$ anos e IMC de $18,7 \pm 4,3$ kg/m². Foi utilizada a Escala de Borg adaptada (0–10), esse estudo foi aprovado pelo CEP (Parecer nº 4.450.766; CAAE: 39302520.0.0000.0089). Foram observadas 26 aulas de Educação Física escolar, realizadas duas vezes por semana, com duração de 50 minutos, durante 12 semanas, na unidade temática Esportes, sendo as duas primeiras destinadas à familiarização com o instrumento e

excluídas das análises. A PSE foi aplicada imediatamente antes das sessões (PSI) e 5 minutos após a aula (PSF), sendo excluídos valores de $PSI > 2$. Adicionalmente, registrou-se a intensidade prevista pelo professor, (PSP). As comparações entre PSP e PSF foram realizadas pelo teste de Wilcoxon para dados pareados, após verificação da normalidade pelo teste de Shapiro–Wilk. A associação entre as medidas foi analisada por correlação de Spearman ($p < 0,05$). A PSP apresentou mediana de 7,0 (IIQ: 6,0–8,0), enquanto a PSF apresentou mediana de 6,5 (IIQ: 6,0–8,0). Não foi observada diferença estatisticamente significativa entre PSP e PSF ($Z = -1,21$; $p = 0,22$). A correlação de Spearman indicou associação moderada e significativa entre as medidas ($\rho = 0,46$; $p = 0,03$). Descritivamente, em 42,3% das aulas a PSP foi superior à PSF, em 46,2% não houve diferença e em 11,5% a PSP foi inferior à PSF. Conclui-se que, embora não tenha sido observada diferença estatística entre a intensidade prescrita e percebida, houve divergência descritiva em 53,8% das aulas, sendo a maioria dos registros inferior ao previsto no planejamento docente. Essa divergência pode sugerir a necessidade de utilizar instrumentos complementares para monitorar com maior precisão a intensidade real das aulas.

Palavras-chave: Escolares; Avaliação; Intensidade; Percepção subjetiva de esforço.

Contato: andre_luis_ef@hotmail.com

**R70: A relação entre saúde mental, alimentação e autonomia da pessoa idosa:
implicações em saúde e direitos**

Angela Márcia da Silva Ivenção ^a; Anelise Rigotti ^a; Daniela Braz do Nascimento ^a;
Priscila Long Amorim Bichara Pipa ^a; Rosidete Oliveira Arraias ^a; Priscila Larcher
Longo ^a; Marta Ferreira Bastos ^a; Guilherme Carlos Brech ^a; Valdilene Nogueira Vilas
Boas ^a; Rita de Cássia de Aquino ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

O aumento da expectativa de vida, impulsionado pelos avanços da medicina, tem ampliado a população idosa e os desafios relacionados à promoção da saúde e manutenção da autonomia. O envelhecimento está associado a alterações estruturais, metabólicas e funcionais, além de comorbidades que impactam a saúde física e mental. A nutrição adequada destaca-se como elemento central nesse processo, não apenas na prevenção de agravos físicos, como sarcopenia e fragilidade, mas também na preservação da cognição, do humor e da motivação. Evidências recentes indicam que fatores comportamentais, como motivação para o movimento ou para o repouso, letramento em saúde, suporte social e condições socioeconômicas influenciam

diretamente o sedentarismo e os hábitos alimentares, repercutindo na saúde mental e na autonomia da pessoa idosa. Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar a inter-relação entre nutrição, motivação e direitos fundamentais na promoção da saúde mental da pessoa idosa. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura de caráter descritivo-analítico com análise de artigos disponíveis nas bases de dados Scielo, Repositório da USP e bases digitais voltadas à geriatria e gerontologia em um recorte de 2020 a 2025, incluindo estudos sobre comportamento sedentário fundamentados no modelo COM-B (Capacidade, Oportunidade, Motivação e Comportamento) utilizando os descritores exercício físico, alimentação saudável, envelhecimento, motivação. Os achados evidenciam a necessidade de avaliação contínua do estado nutricional, adequação da ingestão proteica, monitoramento de micronutrientes como vitamina B12, ferro, vitamina D e ômega 3, além da atenção à hidratação e associação com atividade física regular. A motivação emerge como elemento estruturante na adoção de comportamentos saudáveis, sendo influenciada por suporte social e condições socioeconômicas. Além dos benefícios físicos, a nutrição adequada exerce papel relevante na saúde mental, contribuindo para estabilidade do humor, preservação cognitiva e manutenção da autonomia. Conclui-se que a alimentação deve ser compreendida como direito fundamental da pessoa idosa, vinculada ao direito à saúde, à dignidade humana e à independência. A promoção da saúde na velhice exige abordagem interdisciplinar que integre cuidado nutricional, fortalecimento da motivação para o autocuidado, suporte social e garantia de acesso a condições adequadas de alimentação, assegurando envelhecimento saudável, autonomia e qualidade de vida.

Palavras-chaves: Exercício físico; Alimentação saudável; Envelhecimento; Motivação

Contato: angela.ivencao@gmail.com

R71: Nível de satisfação com a telerreabilitação no pós-operatório de artroplastia total de joelho: estudo piloto

Priscila Bichara Pipa ^a; Joselma Rodrigues dos Santos ^a; Gabrielle Bizerra Moreira ^a;
Angélica Castilho Alonso ^a; Guilherme Carlos Brech ^a
^a Universidade São Judas Tadeu

O envelhecimento populacional tem contribuído para o aumento da prevalência de osteoartrite (OA), considerada a doença articular mais comum entre pessoas idosas e importante causa de dor e limitação funcional. Estima-se que aproximadamente 10% das pessoas com mais de 60 anos sejam acometidas pela doença. Em casos mais

avançados, a Artroplastia Total de Joelho (ATJ) é um procedimento cirúrgico recomendado como tratamento para alívio da dor e recuperação funcional. A reabilitação fisioterapêutica no pós-operatório é fundamental para restaurar mobilidade e independência; contudo, barreiras geográficas e socioeconômicas podem dificultar o acesso ao modelo presencial. Nesse contexto, a telerreabilitação surge como alternativa promissora, possibilitando acompanhamento remoto individualizado, com resultados comparáveis à reabilitação convencional, maior conveniência e potencial redução de custos. O objetivo deste estudo foi avaliar o nível de satisfação de pacientes submetidos à ATJ que realizaram telerreabilitação síncrona no período pós-operatório. Este estudo é prospectivo longitudinal, piloto, conduzido com 15 pacientes submetidos à ATJ, desenvolvido no Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (IOT-HCFMUSP) aprovado pelo Comitê de Ética do HCFMUSP (CAAE: 04019418.7.0000.0068), em parceria com a Universidade São Judas Tadeu (USJT). Os critérios de inclusão foram: diagnóstico prévio de osteoartrite com indicação para ATJ; estar apto para realizar ATJ; ter acesso a internet por meio de celular, computador ou tablet. Já os critérios de exclusão seriam caso houvesse complicações médicas ou por três faltas consecutivas. A intervenção consistiu em telerreabilitação síncrona durante 12 semanas, com frequência de duas sessões semanais de 45 minutos, realizadas por meio da plataforma Google Meet®. A satisfação foi avaliada pelo Telehealth Satisfaction Questionnaire (TSQ) e pelo Questionário de Avaliação da Satisfação em Telerreabilitação (QAS-Tele). Total de 15 participantes foram incluídos, por conveniência, sendo que 11 concluíram o protocolo (uma complicação médica; e três por faltas consecutivas), com média de idade de 65 anos. Os escores do TSQ variaram entre $4,4 \pm 0,6$ e $4,8 \pm 0,3$ (escala de 1 a 5), evidenciando comunicação clara e efetiva, alta confiança e segurança no atendimento e elevada satisfação geral com o serviço. No QAS-Tele, as médias variaram entre $4,6 \pm 0,5$ e $4,9 \pm 0,1$, destacando-se forte percepção de economia de tempo e deslocamento, elevada intenção de reutilização do serviço, conforto e vínculo terapêutico, além da percepção de qualidade comparável à reabilitação presencial. Neste estudo piloto, a telerreabilitação síncrona apresentou elevados níveis de satisfação no pós-operatório de ATJ, sugerindo tratar-se de uma alternativa potencialmente viável, acessível e bem aceita. Os achados, ainda que preliminares, indicam a possibilidade de ampliação do acesso à fisioterapia, com potencial para reduzir barreiras geográficas e logísticas, especialmente entre a população idosa. No entanto, estudos com amostras maiores são necessários para confirmar esses resultados.

Palavras-chave: Artroplastia Total; Telerreabilitação; Satisfação do Paciente; Fisioterapia; Cuidados Pós-operatórios.

Contato: fisiopbp@gmail.com

R72: A influência da alimentação saudável na prática de exercício físicos de pessoas idosas

Angela Márcia da Silva Ivenção ^a; Anelise Rigotti ^a; Daniela Braz do Nascimento ^a;
Priscila Long Amorim Bichara Pipa ^a; Rosidete Oliveira Arraias ^a; Priscila Larcher Longo ^a; Marta Ferreira Bastos ^a; Guilherme Carlos Brech ^a; Valdilene Aline Nogueira Vilas Boas ^a; Rita de Cássia de Aquino ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

A população idosa tem aumentado no mundo, sendo esse crescimento mais acelerado nos países em desenvolvimento. No Brasil, são cerca de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Em paralelo a essa transição demográfica, observa-se uma epidemiológica marcada pelo crescente consumo de alimentos ultraprocessados, contribuindo para a expansão das doenças crônicas não transmissíveis. Segundo pesquisas, aproximadamente 60% da população adulta encontra-se acima do peso (sobrepeso e obesidade), e a obesidade apresentou aumento durante o período pandêmico, com dados atuais indicando que cerca de 25% da população está em obesidade. Esse cenário repercute diretamente na funcionalidade, na autonomia e na qualidade de vida da pessoa idosa, especialmente quando associado ao sedentarismo. O objetivo do estudo é avaliar se a modificação do estilo de vida, com adoção de alimentação saudável e adequada associada à prática regular de exercício físico, pode contribuir para o envelhecimento saudável da pessoa idosa, considerando aspectos de motivação, adesão ao comportamento ativo e desenvolvimento humano. O estudo foi baseado em revisão narrativa da literatura sobre a situação das pessoas idosas em condição de sobrepeso e obesidade associadas ao sedentarismo e sobre a influência que a alimentação saudável exerce nessa população. A revisão foi realizada nas bases BVS, SciELO e Repositório USP, além de consulta ao VIGITEL, considerando produções publicadas no recorte temporal de 2020 a 2025, utilizando os descritores “exercício físico”, “alimentação saudável” e “envelhecimento”. Foram analisados relatos de experiência e estudos que refletissem o status atual da pessoa idosa, a prática de exercício físico, a alimentação adequada e o envelhecimento saudável. Os resultados apontam baixo consumo de FLV (frutas, legumes e verduras) nas variadas faixas etárias e elevado consumo de alimentos com alto teor de açúcar (sucos e refrigerantes industrializados), gorduras (saturadas e trans) e sal na dieta da população brasileira.

Observa-se que o incentivo à alimentação saudável está associado à recomendação de exercício físico regular, compondo processos de mudança de estilo de vida e favorecendo maior adesão ao comportamento ativo. Esse padrão alimentar tem contribuído para o surgimento mais precoce de doenças cardiovasculares. O exercício físico associado à alimentação adequada pode reduzir riscos cardiovasculares, melhorar a capacidade funcional e promover melhor qualidade de vida da pessoa idosa. Conclui-se que o mapeamento evidenciou oportunidades estruturadas de promoção da saúde no Estado de São Paulo, sendo fundamental ampliar, qualificar e incentivar a participação em programas interdisciplinares voltados ao envelhecimento ativo e ao desenvolvimento humano.

Palavras-chaves: Exercício físico; Alimentação saudável; Envelhecimento.

Contato: angela.ivencao@gmail.com

R73: A escalada indoor como contexto de mudança de comportamento: sistematização pedagógica e desenvolvimento humano na formação do iniciante

Paula Ribas Guimarães ^a; Gustavo Brenneisen Mayer ^a

^a Mais Alto Escalada, Londrina, PR, Brasil

A crescente transição de modelos de academias centradas exclusivamente no desempenho físico para ecossistemas voltados ao desenvolvimento humano tem ampliado a necessidade de práticas formativas que integrem técnica, vínculo e comportamento. Nesse cenário, a escalada *indoor* apresenta-se como uma atividade esportiva complexa que demanda tomada de decisão constante, gestão do risco e resolução progressiva de problemas motores em ambientes dinâmicos. Ancorado na Teoria Social Cognitiva de Albert Bandura (com foco na construção da autoeficácia) e nos princípios de autorregulação da aprendizagem de Barry Zimmerman, o problema central deste estudo reside na fragmentação pedagógica histórica do esporte, que frequentemente expõe o praticante iniciante a desafios mal graduados, gerando sobrecarga cognitiva, intensa frustração e abandono precoce. Diante dessa lacuna, o objetivo deste trabalho é relatar a construção e a validação empírica de uma proposta metodológica padronizada para a iniciação na escalada, desenvolvida no centro técnico "Mais Alto Escalada". Metodologicamente, a pesquisa caracteriza-se como um relato de experiência longitudinal com proposição metodológica, fundamentado em duas décadas de vivência profissional e esportiva (2005 a 2025). A estruturação sistemática do método ocorreu por meio de imersão técnica inicial, observação das necessidades do público familiar, e testes práticos em "laboratórios vivos",

destacando-se a intervenção empírica contínua por quatro anos. Essa validação aplicada, aliada a rigorosas profissionalizações técnicas e cursos de *routesetting* junto às entidades esportivas oficiais, resultou no "Almanaque dos 63 Movimentos", uma ferramenta didática que decodifica o repertório motor instintivo em blocos de aprendizagem lógicos. Como resultados empíricos sistematizados a partir dos projetos piloto, a aplicação da metodologia pretende gerar indicadores observáveis e concretos de mudança comportamental: notou-se um aumento expressivo na retenção e no engajamento longitudinal do público infantojuvenil e de iniciantes adultos; uma redução visível dos relatos de medo paralisante diante da altura, o qual foi substituído por rotinas de treinamentos, procedimentos de segurança e equipamentos, além de foco e respiração; e um fortalecimento acentuado da autoeficácia. O aluno passou a interpretar a queda não como uma falha intrínseca de força, mas como um ajuste mecânico corrigível. Conclui-se que a estruturação metodológica intencional reposiciona a escalada *indoor* como um contexto facilitador de mudança de comportamento. A sistematização atua ativamente como mediadora para o desenvolvimento de competências socioemocionais diretamente transferíveis, garantindo uma adesão sustentável e autodeterminada.

Palavras-chave: Mudança de comportamento; Autoeficácia; Autorregulação; Escalada *indoor*; Desenvolvimento humano.

Contato: guimaraespaula77@gmail.com

R74: Arquitetura comportamental e motivação autodeterminada: a construção da mais alto escalada como ecossistema de permanência e desenvolvimento humano

Paula Ribas Guimarães ^a; Gustavo Brenneisen Mayer ^a

^a Mais Alto Escalada, Londrina, PR, Brasil

A transição de academias centradas exclusivamente no desempenho físico para espaços orientados ao bem-estar e à experiência sustentada exige a integração intencional entre ambiente construído, comportamento e qualidade motivacional. Historicamente tratada como suporte passivo, a arquitetura esportiva frequentemente falha em endereçar o abandono precoce de iniciantes expostos ao medo, à insegurança e à sobrecarga cognitiva no primeiro contato com a atividade. Diante dessa problemática, o objetivo deste estudo é propor o Modelo de Arquitetura Motivacional Aplicada (AMA), delineando como o projeto arquitetônico do centro de treinamento *indoor* "Mais Alto Escalada" atua como uma intervenção comportamental deliberada para mitigar a evasão e promover a motivação.

Metodologicamente, trata-se de um ensaio teórico-reflexivo e relato de concepção. A estruturação do modelo foi realizada por meio da triangulação entre a observação empírica longitudinal de duas décadas de prática da modalidade, os fundamentos da Teoria da Autodeterminação (centrada na satisfação das necessidades de autonomia, competência e pertencimento) e as premissas da Teoria do *Nudge* (arquitetura de escolhas). Essa matriz analítica guiou a transformação do espaço físico de um mero cenário para um regulador contextual de comportamentos. Como resultados, o estudo sistematiza a aplicação dessa teoria através da proposição de cinco camadas interdependentes que compõem o Modelo AMA: 1) Configuração Espacial, utilizando clareza funcional para reduzir a ansiedade antecipatória; 2) Gradação Progressiva de Desafios, materializando a percepção de competência por meio de rotas visualmente codificadas; 3) Pistas Contextuais de Autonomia, oferecendo multiplicidade de resoluções motoras para preservar a agência do praticante; 4) Arquitetura do Pertencimento, removendo barreiras físicas em áreas de convivência para fomentar a coesão social sem julgamentos; e 5) Regulação da Experiência de Risco, atenuando as respostas de estresse ao medo da queda por meio de sinais evidentes de proteção passiva e ativa. Conclui-se que o ambiente construído opera como um mediador ativo e indispensável da experiência motivacional. Ambientes planejados com essa intencionalidade funcionam como agentes facilitadores que transformam a intenção inicial de exercício em um engajamento autodeterminado, convertendo a infraestrutura esportiva em um ecossistema sustentável de permanência e desenvolvimento humano integral.

Palavras-chave: Arquitetura comportamental; Teoria da autodeterminação; *Nudge*; Escalada *indoor*; Permanência esportiva.

Contato: guimaraespaula77@gmail.com

R75: O efeito da idade relativa como mecanismo organizacional: regulação motivacional e *coping* no desenvolvimento do futebol de base

José Luiz Mota ^a; Marcelo Calegari Zanetti ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

O efeito da idade relativa (EIR) no futebol de base é amplamente reconhecido pela super-representação de atletas nascidos nos primeiros quartis do ano competitivo, fenômeno usualmente explicado por vantagens maturacionais temporárias e vieses seletivos. Tal interpretação, embora empiricamente consistente, permanece predominantemente descritiva e biologizante, mostrando-se insuficiente para

esclarecer como desigualdades estruturais se convertem em persistência diferencial ou abandono precoce ao longo do desenvolvimento esportivo. A literatura documenta a distribuição desigual de oportunidades associada ao EIR, mas ainda carece de modelos que explicitem a dimensão regulatória responsável por sustentar trajetórias motivacionais divergentes sob exposição prolongada à desvantagem comparativa. Este ensaio propõe compreender o EIR como mecanismo organizacional institucionalizado — um arranjo estrutural que regula critérios de legitimidade, expectativas de desempenho e acesso a oportunidades nos sistemas formativos — operando como princípio organizador de assimetrias cumulativas ao longo de ciclos reiterados de avaliação e seleção. Em contextos altamente competitivos e marcados pela institucionalização precoce do talento, tal mecanismo configura-se como um estressor organizacional crônico, capaz de reorganizar processos de internalização e de construção da identidade esportiva. À luz da Teoria da Autodeterminação e dos modelos de estresse e *coping*, argumenta-se que ambientes centrados no desempenho imediato podem fragilizar a satisfação das necessidades psicológicas básicas — especialmente competência e relacionamento — entre atletas relativamente mais jovens ou biologicamente menos maturados, afetando a qualidade da regulação motivacional (autônoma versus controlada). *Coping* e qualidade regulatória são concebidos como processos dinamicamente interdependentes que modulam os efeitos dessa desigualdade estrutural ao longo do tempo: estratégias adaptativas podem favorecer internalização mais autônoma e fortalecer a centralidade da identidade esportiva, enquanto respostas evitativas associadas a regulações controladas tendem a consolidar vulnerabilidades motivacionais e precipitar desengajamento. Assim, o EIR pode engendrar espirais desenvolvimentais cumulativas, produzindo fortalecimento ou fragilização do engajamento conforme a organização motivacional individual e as práticas institucionais vigentes. Ao deslocar o foco da maturação biológica isolada para a arquitetura institucional que organiza oportunidades e regula expectativas, esta proposta contribui para a reconfiguração conceitual do EIR na literatura do desenvolvimento esportivo, oferecendo fundamento teórico para intervenções organizacionais orientadas à equidade, ao apoio à autonomia e à sustentabilidade formativa no futebol de base.

Palavras-chave: Efeito da idade relativa; Mecanismo organizacional; Regulação motivacional; Coping; Identidade esportiva; Futebol de base.

Contato: profjoseluizmota45@gmail.com

**R76: Talento como processo regulatório: qualidade da motivação e *coping* no
futebol brasileiro**José Luiz Mota ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a^a Universidade São Judas Tadeu

O futebol ocupa posição central na cultura esportiva brasileira, sendo frequentemente associado a promessas de mobilidade social e reconhecimento profissional. Entretanto, o desenvolvimento do talento no contexto formativo nacional não pode ser reduzido à manifestação precoce de habilidades técnicas ou atributos físicos diferenciados. Este ensaio teórico propõe compreender o talento esportivo como um processo regulatório dinâmico e desenvolvimental, no qual jovens atletas constroem significados sobre sua prática, internalizam metas de maneira progressiva e organizam seu comportamento diante de ambientes marcados por seletividade intensa, instabilidade institucional, competição permanente e expectativas familiares e mercadológicas elevadas. À luz da Teoria da Autodeterminação, com ênfase na Microteoria da Integração Organísmica, analisa-se como a qualidade da regulação motivacional influencia o grau de internalização das metas esportivas e sua integração ao *self* ao longo do tempo. Desenvolvido como ensaio teórico de natureza analítico-conceitual, fundamenta-se em revisão teórico-analítica da literatura e articulação sistemática entre estudos sobre qualidade da motivação, autorregulação e estratégias de *coping* na formação esportiva. Argumenta-se que ambientes excessivamente controladores, centrados na lógica de resultado imediato e na ameaça de exclusão, tendem a favorecer regulações externas e introjetadas, nas quais o engajamento é sustentado por pressão, culpa ou medo de fracasso. Embora tais formas possam produzir desempenho pontual, apresentam baixa integração identitária, fragilizando a estabilidade motivacional e ampliando a vulnerabilidade ao abandono e ao esgotamento psicológico. Em contraste, contextos que sustentam autonomia, competência e relacionamento favorecem regulações identificadas e integradas, promovendo maior coerência entre valores pessoais e prática esportiva, consistência comportamental e resiliência diante de adversidades estruturais. Nesse cenário, estratégias de *coping* adaptativas operam como processos autorregulatórios ativos que modulam avaliações cognitivas e emocionais, reorganizam prioridades e preservam o alinhamento entre metas internalizadas e exigências competitivas. A interação entre formas mais autodeterminadas de regulação e *coping* funcional fortalece a integração progressiva das metas esportivas ao *self*, consolidando identidade atlética e sustentando engajamento de longo prazo. Defende-se, portanto, que o talento no futebol brasileiro seja compreendido como fenômeno sistêmico emergente da articulação entre clima motivacional, práticas pedagógicas e recursos

autorregulatórios, deslocando o foco da detecção precoce de desempenho para a construção intencional de trajetórias sustentáveis de desenvolvimento humano e excelência esportiva.

Palavras-chave: Qualidade da regulação motivacional; Internalização; *Coping*; Formação esportiva; Desenvolvimento humano.

Contato: profjoseluizmota45@gmail.com

R77: Motivação como mediadora da associação entre a relação treinador–atleta e o desenvolvimento de habilidades para vida em jovens atletas

José Roberto Andrade do Nascimento Junior ^a; Gabriel Lucas Morais Freire ^b; Daniel Vicentini de Oliveira ^b; Vinícius Damasceno de Oliveira ^a; Lenamar Fiorese ^b

^a Universidade da Força Aérea (Unifa)

^b Universidade Estadual de Maringá (UEM)

O esporte juvenil tem sido amplamente reconhecido como um contexto privilegiado para o desenvolvimento de habilidades para a vida, entendidas como competências psicossociais transferíveis para outros domínios da vida cotidiana. Entre os fatores que influenciam esse processo, destacam-se a qualidade da relação treinador–atleta (RTA) e os tipos de motivação que sustentam a participação esportiva. Ancorado na Teoria da Autodeterminação e no modelo dos 3C's da qualidade da RTA, o presente estudo investigou o papel mediador da motivação nas associações entre a qualidade da RTA e o desenvolvimento de habilidades para a vida em jovens praticantes de esporte no contexto brasileiro. Participaram deste estudo transversal 724 atletas brasileiros (380 meninos e 344 meninas), com idades entre 10 e 18 anos ($M = 14,57$; $DP = 1,62$). Como instrumentos foram utilizadas as versões validadas para o contexto brasileiro da *Sport Motivation Scale-II* (SMS-II), do *Coach-Athlete Relationship Questionnaire* (CART-Q) e da *Life Skills Scale for Sports* (LSSS). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Humana da Universidade Estadual de Maringá (Parecer n.700.718). A análise de dados foi conduzida por meio da Correlação de Pearson e a Modelagem de Equações Estruturais ($p < 0,05$). As análises descritivas indicaram que os participantes relataram uma relação treinador–atleta de alta qualidade, níveis mais elevados de motivação autônoma em comparação à motivação controlada e à amotivação, bem como níveis moderadamente elevados de desenvolvimento de habilidades para a vida. As análises correlacionais indicaram que a RTA esteve positivamente associada à motivação autônoma e negativamente associada à motivação controlada. As oito habilidades para a vida apresentaram associações positivas com a motivação

autônoma, a motivação controlada e a RTA. O modelo de equações estruturais revelou que as associações entre a qualidade do RTA, a motivação autônoma e a motivação controlada apresentaram efeito positivo sobre o desenvolvimento total de habilidades para a vida (i.e., considerando conjuntamente as oito habilidades). Os achados destacam que o modelo dos 3C's, representando a qualidade da RTA, e a Teoria da Autodeterminação, por meio da motivação autônoma e controlada, constituem referenciais teóricos relevantes para a investigação do desenvolvimento de habilidades para a vida no contexto esportivo brasileiro.

Palavras-chave: Desenvolvimento positivo de jovens; Teoria da autodeterminação; Relações interpessoais; Habilidades para a vida.

Contato: jroberto.jrs01@gmail.com

R78: Influência do treinador na motivação de atletas de futebol

Rafael Camillo Rodrigues ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^a

^a Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência 2025 - Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP Brasil

A motivação no esporte é um fator central para o engajamento, o desempenho e a permanência de atletas no futebol, sendo fortemente influenciada pelo ambiente social de treinamento. Estudos fundamentados na Teoria da Autodeterminação indicam que o suporte à autonomia promovido pelo treinador está associado à satisfação das necessidades psicológicas básicas dos atletas, favorecendo maiores níveis de motivação intrínseca e compromisso esportivo, enquanto comportamentos excessivamente controladores tendem a gerar frustração psicológica e desmotivação. Nesse contexto, o treinador assume papel determinante na construção do clima motivacional das equipes. Assim, o presente estudo teve como objetivo analisar, sob uma perspectiva psicossocial, a influência do treinador na motivação de atletas de futebol, considerando diferentes fases do desenvolvimento esportivo. Trata-se de uma pesquisa de natureza teórica, com abordagem qualitativa, realizada por meio de uma revisão narrativa da literatura científica, com base em estudos nacionais e internacionais publicados entre 2014 e 2024, disponíveis em bases de dados da Educação Física e da Psicologia do Esporte. A análise dos estudos revelou que estilos de liderança caracterizados por feedback positivo, comunicação clara e incentivo à participação ativa dos atletas nas decisões estão associados a níveis mais elevados de motivação e engajamento esportivo. Pesquisas realizadas com jovens atletas brasileiros de futebol apontam que treinadores com perfil democrático e orientado

ao apoio social contribuem significativamente para o desenvolvimento esportivo e psicológico, sendo observado que atletas submetidos a esse tipo de liderança apresentam maior satisfação com a prática, maior persistência nos treinamentos e menor intenção de abandono esportivo. Dados desses estudos indicam que ambientes motivacionais positivos estão relacionados a maiores índices de adesão ao esporte ao longo do processo de formação, fortalecendo a identidade atlética e o vínculo com a modalidade. Em contrapartida, contextos marcados por cobrança excessiva, foco exclusivo em resultados imediatos e comunicação punitiva demonstram impacto negativo sobre a motivação e o bem-estar dos atletas. Conclui-se que o treinador exerce influência decisiva na motivação de atletas de futebol, afetando não apenas o rendimento esportivo, mas também aspectos psicológicos e sociais do desenvolvimento. Dessa forma, destaca-se a importância da atuação do profissional de Educação Física na criação de ambientes motivacionais saudáveis, que priorizem a autonomia, o apoio social e o desenvolvimento humano no esporte.

Palavras-chave: Motivação; Futebol; Treinador; Desenvolvimento esportivo.

Contato: camillorodriguesrafael@gmail.com

R79: Determinantes psicossociais da adesão à atividade física em pessoas idosas

Daniela Braz do Nascimento ^a; Priscila Long Amorim Bichara Pipa ^a; Anelise Rigotti^a;
Angela Márcia Silva Ivenção ^a; Rosidete Oliveira Arraias ^a; Priscila Larcher Longo ^a;
Guilherme Carlos Brech ^a; Valdilene Aline Nogueira Vilas Boas ^a;
Rita de Cássia Aquino ^a; Marta Ferreira Bastos ^a

^a Universidade São Judas Tadeu

Com o declínio biológico e funcional inerente ao envelhecimento, como a perda de força muscular, a prática regular de atividade física torna-se fundamental como intervenção não farmacológica para a prevenção de doenças crônicas e manutenção da saúde global da pessoa idosa. Contudo, adotar e manter um estilo de vida ativo depende não apenas da capacidade física, mas fortemente da influência de determinantes ambientais, psicossociais e motivacionais. Este estudo investiga os fatores associados à adesão da pessoa idosa à atividade física e seus efeitos na saúde biopsicossocial, na satisfação com a vida e no lazer. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, orientada por um protocolo estruturado de busca e critérios formais de elegibilidade. O levantamento ocorreu nas bases de dados PubMed, SciELO, PePSIC e BVS Salud, utilizando rigorosamente os descritores controlados (DeCS/MeSH): "Atividade Física", "Idoso", "Motivação", "Apoio Social" e

"Autoeficácia", combinados por operadores booleanos "AND" e "OR". Após a busca inicial que identificou 636 publicações, aplicaram-se filtros sistemáticos (últimos cinco anos, humanos e população idosa) e leitura criteriosa, resultando em 63 artigos na amostra final. O procedimento de análise dos estudos (que englobaram abordagens quantitativas, qualitativas e mistas em contextos comunitários e clínicos) ocorreu por meio de síntese narrativa estruturada e análise temática, categorizando os resultados em eixos psicossociais, motivacionais e ambientais. As evidências apontam que motivações intrínsecas como controle do estresse, sociabilidade, prazer e saúde configuram-se como os principais propulsores da prática. A autoeficácia, especialmente no domínio da autorregulação, destaca-se como o mais forte preditor do engajamento, permitindo superar barreiras comuns, como dor, cansaço e limitações financeiras. O suporte social de familiares e amigos, aliado a um ambiente físico seguro, favorece a adesão, sobretudo quando associado à crença na própria capacidade. A prática regular resultou em expressivas melhorias na força, flexibilidade e equilíbrio, impactando positivamente a autonomia funcional e a convivência social. Notaram-se ainda diferenças de gênero: mulheres valorizam atividades guiadas focadas na interação social, enquanto homens preferem autonomia no controle do treino. Conclui-se que a promoção do envelhecimento ativo exige intervenções multidimensionais que ultrapassem a mera prescrição de exercícios. É imperativo focar no fortalecimento da autoeficácia e no atendimento às necessidades psicológicas de autonomia, competência e vínculos sociais. Estratégias personalizadas ao perfil psicossocial garantem maior adesão, independência e qualidade de vida na velhice.

Palavras-chave: Apoio social; Atividade física; Autoeficácia; Envelhecimento ativo; Motivação.

Contato: dbn.academico@gmail.com

R80: Obesidade, estigma e motivação: contribuições da Teoria da Autodeterminação para uma abordagem não individualizante

Laís dos Santos da Silva ^a; Marcelo Callegari Zanetti ^{a,b}

^a Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência 2025

^b Universidade São Judas Tadeu, USJT, São Paulo, SP, Brasil

No campo da atividade física e da promoção da saúde, a obesidade tem sido frequentemente interpretada a partir de uma lógica de responsabilização individual, que associa o excesso de peso à falta de disciplina, autocontrole ou força de vontade.

Esse enquadramento, amplamente difundido em discursos midiáticos e práticas profissionais, contribui para a moralização do corpo e para a naturalização de processos de estigmatização, deslocando a atenção de fatores contextuais, sociais e institucionais que influenciam o engajamento em práticas corporais. À luz da Teoria da Autodeterminação, que compreende a motivação como um continuum qualitativo e enfatiza a centralidade das necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e pertencimento, torna-se pertinente problematizar em que medida o abandono ou a baixa adesão ao exercício por pessoas com obesidade pode estar relacionado não apenas a características individuais, mas também à qualidade motivacional dos ambientes de intervenção. O objetivo deste ensaio teórico é analisar criticamente a individualização da responsabilidade na obesidade e discutir como propostas de exercício estruturadas sob uma lógica predominantemente controladora podem frustrar as necessidades psicológicas básicas, dificultando a internalização de valores associados à prática corporal e comprometendo a manutenção do comportamento ativo. Metodologicamente, trata-se de um ensaio fundamentado na articulação entre a literatura da Teoria da Autodeterminação e produções acadêmicas que abordam estigma corporal, gordofobia e moralização da saúde no campo da saúde coletiva. Argumenta-se que intervenções centradas exclusivamente na perda de peso, orientadas por metas rígidas, comparações sociais constantes e linguagem prescritiva ou coercitiva, tendem a comprometer a autonomia, ao impor condutas pouco negociadas; a competência, ao propor desafios incompatíveis com o nível funcional inicial; e o pertencimento, ao favorecer ambientes percebidos como julgadores ou excludentes. Tais condições favorecem formas de motivação controlada, associadas a menor persistência e maior probabilidade de abandono. Defende-se, portanto, a necessidade de deslocar o foco da culpa individual para uma compreensão contextual e relacional da motivação, reconhecendo a responsabilidade ética e profissional na construção de ambientes que sustentem experiências positivas de prática corporal. Conclui-se que intervenções fundamentadas no suporte à autonomia, na valorização de progressões percebidas de competência e na construção de espaços inclusivos configuram caminhos cientificamente consistentes e socialmente responsáveis para promover engajamento duradouro e desenvolvimento humano na atividade física.

Palavras-Chave: Teoria da autodeterminação; Obesidade; Estigma; Motivação; Atividade física.

Contato: laissilva3292@gmail.com