

## Auto-eficácia, competência física e auto-estima em praticantes de basquetebol com e sem deficiência física

### Self-efficacy, physical competence and self-esteem in basketball participants with and without physical disability

J.P. Ferreira, P.M. Gaspar, M.J. Campos, C.M. Senra

---

#### RESUMO

O presente estudo analisou a hipotética relação hierárquica entre eficácia percebida, competência física e auto-estima global em basquetebolistas, bem como eventuais diferenças entre sexos e entre atletas com e sem deficiência. Analisámos também a influência do tempo de prática e da frequência de prática nos níveis de eficácia, de competência e de auto-estima global, em cada um dos grupos estudados. Os participantes foram 193 basquetebolistas, 59 do sexo masculino com deficiência física ( $32.80 \pm 11.64$  anos), 80 do sexo masculino sem deficiência física ( $21.48 \pm 4.69$  anos) e 54 do sexo feminino sem deficiência física ( $22.91 \pm 3.11$  anos), envolvidos em competições de nível nacional. Os resultados obtidos suportam a existência de uma organização hierárquica entre a eficácia percebida, a competência física avaliada através das auto percepções no domínio físico e a auto-estima global. Foi igualmente confirmada a existência da autovalorização física como variável moderadora ou preditora entre as percepções da base e o topo do modelo, ou seja, entre as percepções no domínio físico e a auto-estima global. Esta relação apresenta um sentido negativo, ou seja, percepções fortes de competência e de eficácia não geram sentimentos fortes de confiança e de satisfação individual em outros contextos do dia-a-dia.

*Palavras-chave:* auto-eficácia, confiança física, auto-estima, desporto adaptado

#### ABSTRACT

The purpose of this study was to assess the hypothetical hierarchical relationship between self-efficacy, physical self and global self-esteem, in groups with and without physical disability as well as gender and condition between groups. A second purpose was to assess the influence of independent variables, such as time and frequency of sport involvement, on self-efficacy, physical competence and global self-esteem for each of the groups studied. Participants were 193 basketball players, 59 male athletes with disability (mean age  $32.80 \pm 11.64$ ), 80 male athletes without disability (mean age  $21.48 \pm 4.69$ ), and 54 female athletes without disability (mean age  $22.91 \pm 3.11$ ), all participating in Portuguese national competitions. Results showed evidence of a hierarchical organization among self-efficacy, physical self-perceptions and global self-esteem. Physical self-worth was also confirmed as a mediator between self-perceptions at the base of the model and feelings in the apex, i.e., between physical self-perceptions and global self-esteem. However, this relationship was found to be a negative one. Strong perceptions of self-efficacy and physical competence seem to generate weaker global feelings of self-confidence and personal satisfaction in everyday life contexts.

*Keywords:* self-efficacy, physical confidence, self-esteem, disability sport

Submetido: 21.02.2010 | Aceite: 30.06.2010

---

*Financiamento.* O projecto que esteve na origem do presente artigo foi financiado pelo Programa de Apoio Financeiro à Investigação no Desporto (PAFID) do Instituto de Desporto de Portugal.

---

*José Pedro Ferreira, Pedro Miguel Gaspar, Maria João Campos e Cristina Maria Senra.* Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra, Portugal.

*Endereço para correspondência:* José Pedro Ferreira, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra, Estádio Universitário – Pavilhão III, Santa Clara, 3040-156 Coimbra, Portugal.

*E-mail:* jpferreira@fdef.uc.pt

Estudos realizados na última década apontam para a existência de efeitos positivos da prática regular de exercício físico ao nível da saúde mental, em diferentes indicadores tais como os estados de humor, a depressão, a ansiedade, o stress e a auto-estima (Biddle, Fox, & Boutcher, 2000). Os efeitos positivos do exercício físico ao nível do bem-estar psicológico, em grupos especiais, têm sido igualmente objecto de estudo (Blinde & McClung, 1997; Ferreira, 2006), estando habitualmente associados a uma maior capacidade de suportar tensões e frustrações, a um controlo mais facilitado dos níveis de ansiedade, a uma menor susceptibilidade para situações de depressão e para a ocorrência de baixos estados de humor, tendo uma elevada contribuição na construção da personalidade individual, através da modelação de atitudes e comportamentos, e ainda no desenvolvimento de níveis elevados de auto-estima e de autoconfiança. No caso particular da auto-estima, os grupos que apresentam melhorias mais efectivas são aqueles que apresentavam valores iniciais mais baixos (Fox, 2000).

No entanto, o modo como os efeitos do treino físico e da performance se generalizam à auto-estima global ainda não foi suficientemente descrito em grupos com deficiência. Em contextos de prática desportiva e de exercício físico, o *Exercise and Self-Esteem Model* – EXSEM (Sonstroem & Morgan, 1989; Sonstroem, Harlow, & Josephs, 1994) é utilizado para explicar o modo como os efeitos do treino físico se podem generalizar à auto-estima global (Sonstroem, 1997). Este modelo é baseado em dimensões de competência física percebida e de auto-aceitação referenciadas, na revisão da literatura, como as fundações responsáveis pelo desenvolvimento de um nível favorável de auto-estima (Harter, 1985).

De acordo com o modelo EXSEM, as avaliações objectivas da performance física que ocorrem na base do modelo e que resultam do treino, podem originar autopercepções de competência física, tendo por base o conceito

de auto-eficácia introduzido por Bandura (1977), de forma a explicar os efeitos do pensamento auto-referenciado no funcionamento psicológico. Este pensamento refere-se ao modo como as pessoas avaliam a sua capacidade de organizar e executar as acções necessárias para obter um determinado tipo de performance. No entanto, a relação existente entre a competência física percebida e o nível de auto-estima global, a qual varia entre valores moderados e elevados, em praticantes sem deficiência (Fox, Corbin, & Couldry, 1985), não foi até ao momento objecto de análise em desportistas com deficiência física.

Os sentimentos de auto-eficácia são vistos como capazes de influenciar não apenas o decurso das acções a alcançar, mas também a intensidade do esforço dispendido, a resistência quando se enfrentam dificuldades e a natureza dos padrões de pensamento e das reacções afectivas (Bandura, 1977). Por sua vez, a auto-eficácia percebida é definida como o julgamento ou a avaliação individual do potencial de cada um para levar a cabo uma determinada tarefa específica, em vez de uma avaliação efectiva que traduza em que medida o indivíduo é ou não capaz de executar essa mesma tarefa (Bandura, 1986).

A organização hierárquica e multidimensional das autopercepções no domínio físico, sugerida por Fox e Corbin (1989) aquando do desenvolvimento do *Physical Self-Perception Profile* (PSPP), ofereceu a oportunidade de substituir no modelo EXSEM o nível unidimensional de competência física percebida pelo modelo multidimensional do perfil de autopercepções no domínio físico, proporcionando um exemplo de como a melhoria dos instrumentos de medida pode oferecer um quadro de referências mais compreensivo e sistemático para o estudo das autopercepções através do exercício (Fox, 2000).

Em termos teóricos, o modelo EXSEM pressupõe a existência de avaliações objectivas da performance física que poderão ser melhoradas através do treino. As declarações

de auto-eficácia, baseadas em medidas objectivas da performance física, como é o caso da estatística de jogo no caso particular do presente estudo, representam a primeira variável de autopercepção, proporcionando a ponte entre o físico e a representação do físico na mente de cada um (Sonstroem, 1997). Neste modelo, as percepções de auto-eficácia são tidas como estando intimamente relacionadas com a competência física percebida, apresentando também associações moderadas a elevadas com a auto-estima global (Fox et al., 1985). Esta relação devidamente documentada na revisão da literatura, em atletas e praticantes de exercício físico, ainda não foi amplamente analisada em atletas com deficiência física.

O estudo das autopercepções no domínio físico em grupos com deficiência, tem sido em Portugal, uma área de pesquisa em crescente expansão durante a última década (Campos, Ferreira, Gaspar, & Gorla, 2008; Corredeira, Corte-Real, Dias, Silva, & Fonseca, 2007; Ferreira, 2006; Ferreira & Fox, 2008). Ferreira (2006) e Ferreira e Fox (2008) utilizaram um instrumento de medida standardizado – a versão Portuguesa do *Physical Self-Perception Profile* – PSPPp (Fonseca & Fox, 2002) para avaliar as autopercepções no domínio físico em atletas praticantes de basquetebol em cadeira de rodas e sugeriram que o PSPPp era um instrumento com validade e fidedignidade para ser utilizado em populações com deficiência física, uma vez que nesta população específica o instrumento apresentava uma estrutura factorial estável e com índices de ajustamento muito semelhantes aos encontrados por Fonseca e Fox (2002) e Ferreira e Fox (2003, 2007) para a população portuguesa sem deficiência.

O primeiro objectivo do presente estudo é analisar eventuais diferenças entre sexos e condição (com e sem deficiência) relativamente à auto-eficácia percebida, à competência física e à auto-estima global. Como segundo objectivo pretendemos examinar a hipotética relação hierárquica entre a eficácia

percebida, a competência física e a auto-estima global, tanto em praticantes com como em praticantes sem deficiência física. Por último, pretendemos também analisar a hipotética influência de variáveis tais como o tempo de prática desportiva e a frequência de prática desportiva, nas percepções de eficácia, competência física e de auto-estima global, nos três grupos de praticantes de basquetebol em estudo (masculinos e femininos sem deficiência física e masculinos com deficiência física).

## MÉTODO

### Amostra

A amostra do presente estudo foi constituída por 193 atletas da modalidade de basquetebol, com idades compreendidas entre os 12 e os 56 anos, 63 no grupo etário da adolescência (8-20 anos), 108 no grupo etário dos adultos jovens (21-40 anos) e 22 no grupo etário dos adultos de meia-idade (41-60 anos). Dos participantes estudados, 59 são do sexo masculino, com deficiência física (média de idades de  $32.80 \pm 11.64$  anos), 80 do sexo masculino, sem deficiência física (média de idades de  $21.48 \pm 4.69$  anos) e 54 do sexo feminino, sem deficiência física (média de idades de  $22.91 \pm 3.11$  anos). Todos os intervenientes encontravam-se, à data da recolha dos dados, a competir numa das diferentes competições de basquetebol a nível nacional (liga profissional, Proliga, 1ª divisão, 2ª divisão e campeonato nacional de basquetebol em cadeira de rodas). Por razões éticas foi solicitado o consentimento prévio de cada um dos intervenientes e das respectivas equipas para proceder à recolha dos dados.

### Instrumentos

Cada participante recebeu uma bateria de testes contendo uma versão Portuguesa do *Physical Self-Perception Profile* - PSPPp (Fox & Corbin, 1989), uma versão Portuguesa da *Rosenberg Self-Esteem Scale* - RSESp (Rosenberg, 1965) e uma Escala de Avaliação da Auto-Eficácia Percebida no Basquetebol,

desenvolvida com base numa adaptação da *Self-Efficacy for Walking Scale* (Sonstroem, Harlow, Gemma, & Osborne, 1991), originalmente desenvolvida para aferir a auto-eficácia na marcha.

O PSPPp é um instrumento constituído por cinco subescalas de seis itens cada, organizadas num formato de estrutura alternativa com uma amplitude de cotação que varia entre os 6 e os 24 pontos. Os sujeitos são colocados perante duas descrições contrastantes de pessoas e são solicitados a seleccionar a descrição que tem mais a ver com eles próprios. Em seguida, são solicitados a indicar a intensidade ou grau de concordância com essa descrição, isto é, a escolher se a referida descrição é “parcialmente verdade para mim” ou “totalmente verdade para mim”. Este formato de estrutura alternativa foi desenvolvido por Harter (1985) e tem-se mostrado capaz de ultrapassar a tradicional tendência de resposta socialmente desejável (Fox, 1990), muito frequente aquando do preenchimento deste tipo de questionários. A validade e a fidedignidade deste instrumento para a população portuguesa foram já anteriormente analisadas numa série de estudos com diferentes grupos da população portuguesa (Fonseca & Fox, 2002; Ferreira & Fox, 2003, 2007). No estudo original, Fox (1990) apresentou valores de consistência interna para indivíduos de ambos os sexos que variavam entre .81 e .92 e coeficientes de teste-reteste de .74 a .92 após um período de 16 dias e de .81 a .88 após um período de 23 dias. Por sua vez, Ferreira e Fox (2007) apresentaram, para a população portuguesa, valores de coeficiente teste-reteste de .66 a .88 para os indivíduos do sexo feminino e de .58 a .84 para os indivíduos do sexo masculino, após um período de 16 dias.

A RSESp é um instrumento unidimensional de 10 itens que utiliza uma escala de Likert de 4 pontos que varia entre “concordo totalmente” e “discordo totalmente”. O nível de auto-estima global é calculado através da soma dos scores de todos os itens podendo estes variar entre 10 e 40 pontos. Os valores

mais elevados representam um nível mais elevado de auto-estima global. A RSES foi validada ao longo de vários estudos. Silber e Tippet (1965) apresentaram valores de fidedignidade de .85 através da realização do teste-reteste. Recentemente Batista (1995) e Ferreira e Fox (2003), utilizando este instrumento para a população portuguesa jovem apresentaram valores de coeficiente de fidedignidade teste-reteste de .74 e .72, respectivamente.

A Escala de Avaliação da Eficácia Percepcionada no Basquetebol foi desenvolvida a partir de uma adaptação da *Self-Efficacy for Walking Scale* (Sonstroem et al., 1991), composta por 14 categorias (entre “andar durante 1 minuto” a “andar durante 5 horas”) para as quais os sujeitos estimavam o seu grau de confiança, expresso em valores percentuais (0 a 100%) face à capacidade percepcionada de andar durante esse tempo. No caso particular do presente estudo, foi solicitado aos praticantes que exprimissem a sua percepção face à capacidade de realizar um conjunto de acções ofensivas e defensivas, recorrendo para tal a uma escala de valores percentuais (0 a 100%). Os parâmetros avaliados correspondiam aos parâmetros de observação da estatística de jogo para o cálculo do “*most valuable player*” (MVP) utilizado pela Federação Portuguesa de Basquetebol, sendo este valor tido como indicador global do nível de performance dos atletas. O valor global de auto-eficácia foi obtido a partir do cálculo da média dos valores percentuais expressos, pelos atletas, para cada uma das categorias da estatística de jogo observadas.

No caso específico dos atletas que competiam em escalões onde a estatística de jogo não estava disponível ou era inexistente, procedemos ao registo vídeo e à observação dos jogos seleccionados, bem como ao tratamento dos dados estatísticos desses jogos utilizando a mesma ficha de observação utilizada na análise estatística dos jogos da liga profissional de basquetebol, Proliga e liga feminina. Com o intuito de uniformizar os

resultados, o cálculo dos valores relativos ao MVP, nestes escalões, foi realizado tendo por base as fórmulas oficiais utilizadas pela Federação Portuguesa de Basquetebol para as competições masculinas e femininas.

### Procedimentos

Os participantes foram testados em pequenos grupos de 5 a 12 indivíduos, após as sessões de treino, com o consentimento prévio dos treinadores e dos respectivos clubes. A bateria de testes foi administrada pela mesma equipa de pesquisa e era precedida de um *briefing* durante o qual era explicado o objectivo do estudo. Foram ainda fornecidas instruções *standard* a todos os inquiridos bem como encorajamento para solicitar qualquer tipo de esclarecimentos adicionais em caso de dúvida.

### Análise Estatística

A análise dos dados foi conduzida separadamente por sexo e por condição (com e sem deficiência). Na estatística descritiva foram calculados os valores de média e do desvio padrão e ainda os valores percentuais no caso específico do nível de eficácia percebida. Foi também utilizado o coeficiente de correlação de Pearson para analisar a direcção das relações entre as diferentes variáveis em estudo. Foi igualmente utilizada a regressão múltipla (métodos *stepwise* e *enter*) para aferir a intensidade e a causalidade das relações existente entre as variáveis, nos diferentes níveis do modelo em

estudo. Por último, e com o intuito de comparar a interacção e os efeitos multivariados das variáveis independentes sobre os diferentes grupos de variáveis em estudo (autopercepções no domínio físico, a auto-eficácia percebida e a auto-estima global) foi utilizada a análise multivariada da variância (MANOVA). Todo o tratamento estatístico dos dados foi realizado utilizando o software informático SPSS 15<sup>®</sup>, com uma probabilidade de erro associada de 5%.

### RESULTADOS

Os resultados da estatística descritiva relativos à auto-eficácia percebida, à competência percebida e à auto-estima global foram analisados em função do sexo e da condição (existência ou não de deficiência) dos participantes (ver Tabela 1).

A Tabela 1 apresenta os valores de média e desvio padrão de cada uma das diferentes variáveis dependentes em estudo analisadas em função das variáveis independentes sexo e condição. Os resultados obtidos demonstram que as praticantes do sexo feminino apresentam valores médios mais elevados nas dimensões confiança física, força física, auto-estima global e auto-eficácia percebida, quando comparadas com os praticantes do sexo masculino com e sem deficiência. Por sua vez, os praticantes com deficiência física apresentam valores médios mais baixos em todas as dimensões analisadas, em comparação com os grupos masculino e feminino sem

Tabela 1

Valores de média e desvio padrão relativos às autopercepções no domínio físico, à auto-eficácia e à auto-estima global em função do sexo e da ocorrência ou não de deficiência

Subescalas	Sem deficiência						Com deficiência		
	Feminino			Masculino			Masculino		
	<i>n</i>	M	DP	<i>n</i>	M	DP	<i>n</i>	M	DP
Confiança Física	54	18.22	2.89	80	18.03	2.94	59	17.24	4.01
Atracção Corporal	54	15.41	3.57	80	16.06	2.92	59	15.00	3.30
Força Física	54	16.56	3.20	80	16.08	2.93	59	16.37	3.06
Autovalorização Física	54	16.74	3.54	80	16.91	2.67	59	16.59	3.63
Auto-Estima Global	54	20.67	4.80	80	19.28	4.43	59	18.46	4.71
Auto-Eficácia Percebida (%)	54	48.70	8.02	80	48.25	8.96	59	46.44	10.30

deficiência, à excepção da dimensão força física, para a qual os atletas masculinos sem deficiência física apresentam o valor médio percebido mais baixo.

As atletas do sexo feminino sem deficiência física e os atletas do sexo masculino com deficiência física penalizam claramente a dimensão atracção corporal, enquanto a dimensão autovalorização física, descrita na revisão da literatura como uma variável preditora da satisfação individual face à parte física do corpo, e portanto representativa da competência física, apresenta, em todos os grupos, valores médios bastante aproximados. São, no entanto, os atletas do sexo masculino sem deficiência física os que apresentam os valores médios mais elevados. Quando inquiridas face ao nível de auto-eficácia percebida, as atletas do sexo feminino são as que apresentam valores médios mais elevados, enquanto os atletas do sexo masculino com deficiência física são os que apresentam os valores médios mais baixos. É, no entanto, importante salientar que os valores de eficácia percebida encontrados são extremamente baixos situando-se, para todos os grupos em estudo, abaixo dos 50%.

As Figuras 1, 2 e 3 apresentam os valores dos coeficientes de correlação entre cada uma das diferentes dimensões do modelo EXSEM, em cada um dos três grupos analisados. A Figura 1 apresenta os valores de correlação relativos às basquetebolistas do sexo feminino, sem deficiência motora ( $n = 54$ ). São igualmente apresentados os valores da correlação parcial entre as diferentes variáveis, após controlados estatisticamente os efeitos da autovalorização física tida como variável moderadora ou preditora entre as dimensões existentes na base do modelo (confiança física, atracção corporal, força física e auto-eficácia percebida) e a auto-estima global localizada no vértice.

O modelo da esquerda demonstra que a dimensão autovalorização física apresenta valores de correlação mais elevados com as escalas relativas às autopercepções no domínio físico, na base do modelo, do que com a auto-estima global, no topo. O modelo da direita demonstra que os valores de correlação entre as subescalas da base do modelo e a auto-estima global são consideravelmente reduzidos ou até extintos, quando os efeitos da autovalorização física são estatisticamente

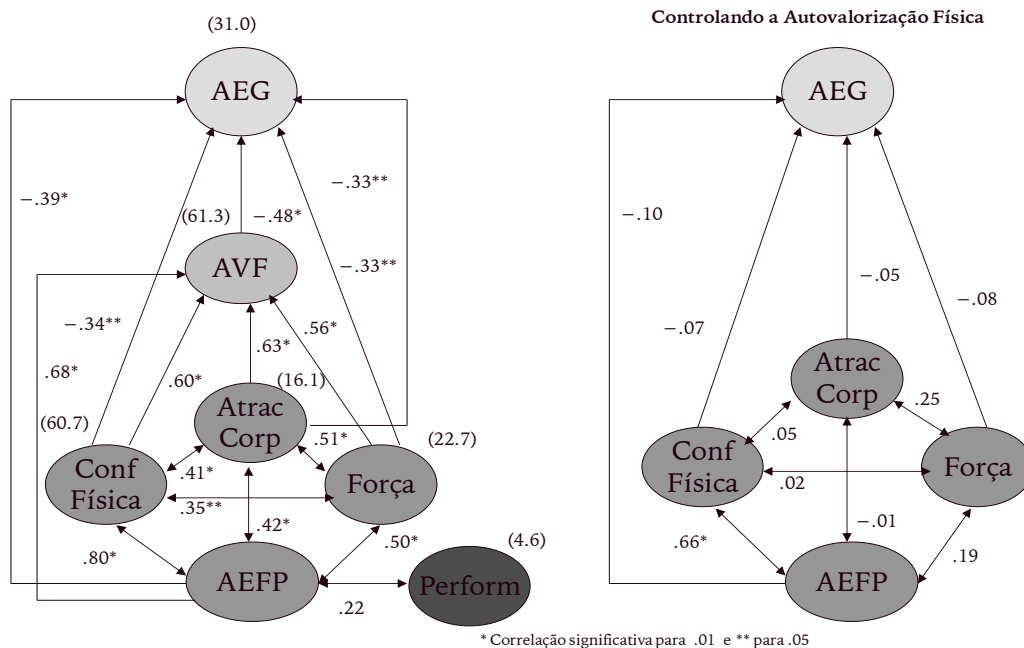


Figura 1. Solução standardizada e expandida do modelo EXSEM – Participantes do sexo feminino sem deficiência motora

controlados. Por último, os valores de correlação entre as subescalas da base do modelo reduziram-se igualmente quando os efeitos da autovalorização física são estatisticamente controlados. A Figura 1 demonstra ainda a existência de uma correlação negativa entre a autovalorização física, as autopercepções no domínio físico, a auto-eficácia percebida e a auto-estima global. Relativamente à direcção e à intensidade da relação entre as diferentes variáveis em estudo, a regressão múltipla revelou que a auto-eficácia percebida é capaz de explicar 60.7% da variância total relativa à confiança física, 22.7% da variância relativa à força física e 16.1% da variância total relativa à atracção corporal, no subgrupo das atletas do sexo femininos sem deficiência. A regressão múltipla revelou ainda que as três subescalas do domínio físico (confiança física, atracção corporal e força física) são capazes de explicar 61.3% da variância total relativa à autovalorização física e por sua vez esta, enquanto variável preditora, é capaz de explicar 31.0% da variância total relativa à auto-estima global, no mesmo grupo.

A Figura 2 apresenta os valores dos coeficientes de correlação entre as diferentes dimensões do modelo, em atletas do sexo masculino, sem deficiência motora ( $n = 80$ ).

À semelhança do que foi anteriormente descrito para as atletas do sexo feminino, os atletas do sexo masculino, sem deficiência motora, apresentam valores de correlação muito semelhantes aos descritos para o sexo feminino, confirmando a existência de uma relação hierárquica entre as diferentes variáveis em estudo. Relativamente à direcção e à intensidade destas relações, os valores da regressão múltipla revelaram que a auto-eficácia percebida é capaz de explicar 48.1% da variância total relativa à confiança física, 9.0% da variância total relativa à atracção corporal e 7.8% da variância relativa à força física, no subgrupo dos atletas do sexo masculino sem deficiência física. A regressão múltipla revelou ainda que as três subescalas do domínio físico (confiança física, atracção corporal e força física) são capazes de explicar 46.8% da variância total relativa à autovalorização física e por sua vez esta, enquanto variável preditora, é capaz de explicar

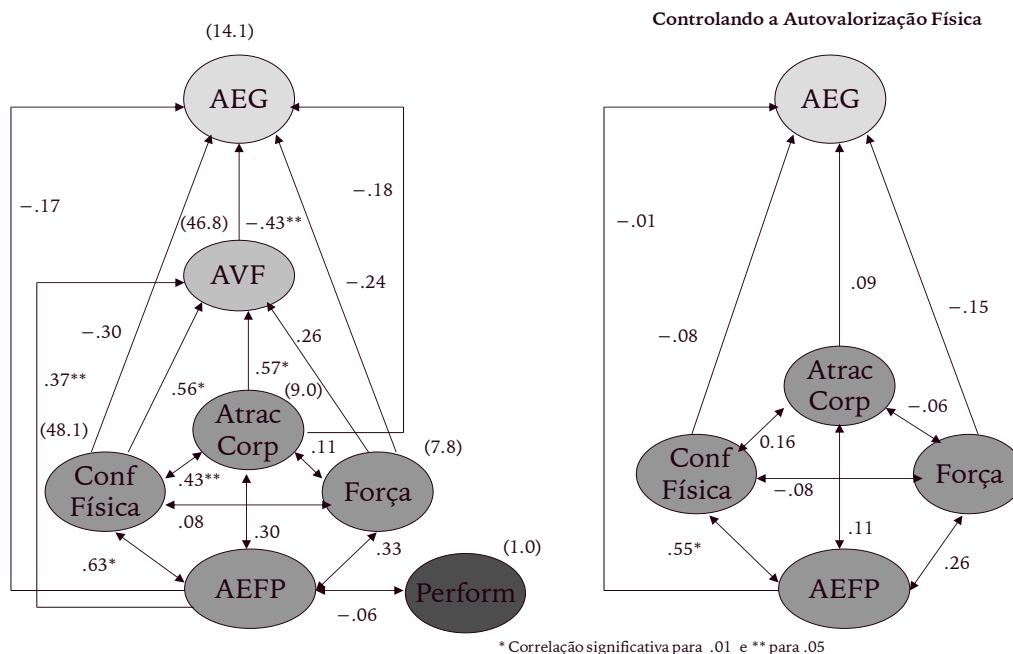


Figura 2. Solução standardizada e expandida do modelo EXSEM – Participantes do sexo masculino sem deficiência motora

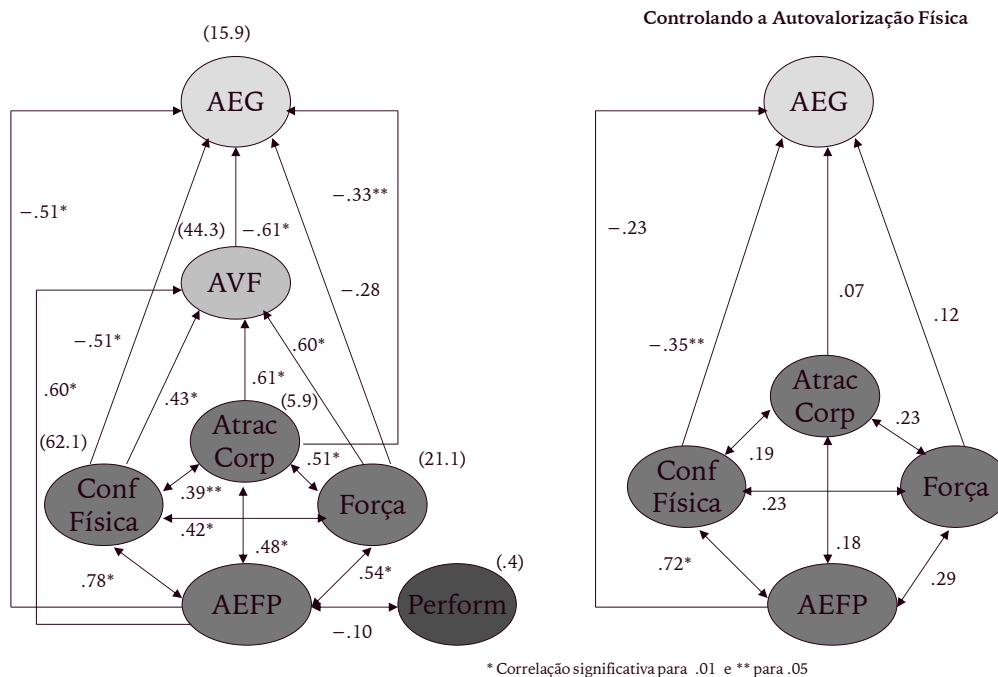


Figura 3. Solução standardizada e expandida do modelo EXSEM – Participantes do sexo masculino com deficiência motora

14.1% da variância total relativa à auto-estima global neste grupo.

Por último, a Figura 3 apresenta os valores dos coeficientes de correlação entre as diferentes dimensões do modelo em estudo, em atletas do sexo masculino com deficiência motora ( $n = 59$ ).

O padrão das correlações obtido para o grupo com deficiência motora é muito semelhante ao encontrado em ambos os grupos sem deficiência motora. Os resultados confirmam a existência de uma organização hierárquica para o modelo das autopercepções no domínio físico e a existência de uma correlação negativa com a auto-estima global. Relativamente à direcção e à intensidade das relações entre as diferentes variáveis analisadas, os valores da regressão múltipla revelaram que a auto-eficácia percebida é capaz de explicar 62.1% da variância total relativa à confiança física, 21.1% da variância total relativa à força física, e 5.9% da variância total relativa à atracção corporal, neste grupo. A regressão múltipla revelou ainda que as três subescalas do domínio físico (confiança física, atracção corporal e força física) são capazes de

explicar 44.3% da variância total relativa à autovalorização física e por sua vez esta, enquanto variável preditora, é capaz de explicar 15.9% da variância total relativa à auto-estima global neste grupo com deficiência motora.

Por outro lado, a análise do modelo EXSEM nos diferentes grupos analisados confirma a existência de uma correlação moderada a elevada entre a confiança física e a auto-eficácia percebida, deixando em aberto a possibilidade de os indivíduos com sentimentos mais positivos face ao desempenho do seu corpo, nas mais diferentes situações associadas à prática de exercício físico e de desporto, apresentarem valores de auto-eficácia percebida igualmente elevados baseados em julgamentos individuais bastante positivos face ao seu potencial de desempenho em determinado tipo de tarefas ou prestações no domínio físico.

No entanto, ao analisarmos as relações existentes entre a auto-eficácia percebida e a performance individual real, verificámos que apenas as atletas do sexo feminino apresentam uma correlação fraca mas positiva entre as duas variáveis em estudo, sugerindo que estas



atletas possuem uma visão mais aproximada entre aquilo que pensam ser capazes de realizar e aquilo que na realidade executam em termos desportivos. Pelo contrário, os atletas do sexo masculino, com e sem deficiência motora, apresentam correlações negativas entre a auto-eficácia percebida e a performance individual real, sugerindo a possibilidade destes atletas serem demasiado críticos e bastante exigentes com os seus desempenhos desportivos, percebendo a sua participação e o seu desempenho no seio da equipa como sendo menos positivo do que na realidade é.

Com o objectivo de investigar os efeitos do sexo, da condição e da frequência de prática desportiva ao nível da auto-eficácia percebida, das autopercepções no domínio físico (confiança física, corpo, força física e autovalorização física) e ao nível da auto-estima global, foi realizada uma análise multivariada da variância (MANOVA) utilizando o sexo, a condição e a frequência de prática desportiva como variáveis independentes e as autopercepções no domínio físico, a auto-eficácia percebida e a auto-estima global como variáveis dependentes. Os resultados obtidos demonstram a existência de efeitos multivariados estatisticamente significativos no que diz respeito à variável frequência de prática desportiva (Wilks' Lambda = .899,  $F(6,183) = 3.43$ ,  $p < .05$ ) e a existência de efeitos igualmente significativos na interacção entre as variáveis sexo ×

condição × frequência de prática desportiva (Wilks' Lambda = .933,  $F(6,183) = 2.18$ ,  $p < .05$ ) sob as variáveis dependentes em estudo. Os resultados da estatística univariada revelaram a existência de efeitos estatisticamente significativos da frequência de prática desportiva sobre as variáveis confiança física ( $F(1,188) = 8.68$ ,  $p < .01$ ), atracção corporal ( $F(1,118) = 13.41$ ,  $p < .01$ ), autovalorização física ( $F(1,188) = 11.60$ ,  $p < .01$ ), auto-eficácia percebida ( $F(1,188) = 8.60$ ,  $p < .01$ ) e ainda do género sobre a auto-estima global ( $F(1,188) = 5.35$ ,  $p < .01$ ).

Os resultados da estatística univariada (Tabela 2) revelaram a existência de diferenças significativas, para as variáveis atracção corporal, autovalorização física e auto-estima global, entre os atletas que treinavam até 3 vezes por semana e aqueles que treinavam mais de três vezes por semana, para um valor de  $p < .01$ , e para as variáveis confiança física e auto-eficácia percebida igualmente entre os mesmos subgrupos, mas para um valor de  $p < .05$ . Com o objectivo de investigar os efeitos do sexo, da condição e da faixa etária sobre a auto-eficácia percebida, as autopercepções no domínio físico (confiança física, atracção corporal, força física e autovalorização física) e a auto-estima global, executámos uma nova MANOVA, utilizando o sexo, a condição e a faixa etária como variáveis independentes e a auto-eficácia percebida, as autopercepções no domínio físico e a auto-estima global como variáveis dependentes.

Tabela 2

Nível de significância das variáveis dependentes em função da frequência de prática desportiva semanal – Estatística univariada

Subescalas	Até 3 vezes por semana M	Mais de três vezes por semana M	<i>p</i>
Confiança Física	16.84	18.48	.012*
Atracção Corporal	14.27	16.23	.001**
Força Física	16.17	16.44	.580
Autovalorização Física	15.52	17.34	.001**
Auto-Estima Global	20.71	19.48	.010**
Auto-Eficácia Percebida (%)	45.03	49.57	.022*

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Os resultados apresentados na Tabela 2 demonstraram a existência de efeitos multivariados estatisticamente significativos da variável faixa etária (Wilks' Lambda = .892,  $F(12,362) = 1.78$ ,  $p < .05$ ) sobre as variáveis dependentes em estudo. Os resultados da estatística univariada demonstraram a existência de efeitos estatisticamente significativos da variável faixa etária sobre a força física ( $F(2,186) = 4.73$ ,  $p < .01$ ) e sobre a auto-estima global ( $F(2,186) = 6.94$ ,  $p < .01$ ). O teste *post-hoc* de Bonferroni revelou que estas diferenças, no caso da força física, se localizavam entre o grupo dos adolescentes e o grupo dos adultos jovens ( $p < .01$ ) e que no caso da auto-estima global se localizavam entre o grupo dos adolescentes e o dos adultos jovens ( $p < .01$ ) e ainda entre o grupo dos adolescentes e o dos adultos de meia idade ( $p < .01$ ).

### DISCUSSÃO

Os resultados do presente estudo demonstram que as atletas do sexo feminino, sem deficiência motora, apresentam valores médios mais elevados nas dimensões confiança física, força física, auto-estima global e auto-eficácia percebida, quando comparadas com os seus pares do sexo masculino sem e com deficiência motora, contrariando a tendência habitualmente descrita na revisão da literatura. Na maioria dos estudos realizados, os indivíduos do sexo feminino apresentam valores médios mais baixos de autopercepções no domínio físico, em comparação com os indivíduos do sexo masculino (Atienza, Balaguer, & Moreno, 1997; Fox & Corbin, 1989; Hagger, Ashford, & Stambulova, 1998; Page, Ashford, Fox, & Biddle, 1993). Estudos realizados na população Portuguesa (Ferreira & Fox, 2003, 2007; Fonseca & Fox, 2002) apontam para uma aparente desvalorização dos sentimentos associados ao domínio físico, independentemente do sexo, em indivíduos com características tendencialmente sedentárias. Neste grupo, as mulheres são sempre mais críticas relativamente aos seus

sentimentos face à parte física do seu corpo. No entanto, os homens apresentam frequentemente valores de percepção desviantes, sofrendo um efeito semelhante ao "*big fish little pond effect*", descrito na revisão da literatura por Marsh e Parker (1984). Este efeito descreve a possibilidade de se desenvolverem sentimentos de autopercepção claramente inflacionados face às reais capacidades de prestação no domínio físico, em consequência da utilização de quadros de referência diferenciados, ou seja, um jovem poderá perceber sentimentos elevados face a si mesmo, no domínio físico, quando utiliza como quadro de referência os colegas ou os amigos da sua rua. No entanto, esses sentimentos poderão ser claramente alterados quando este mesmo jovem utiliza como quadro de referência os jovens da sua idade na cidade onde vive ou numa determinada região do seu país.

No grupo dos praticantes regulares de desporto e de exercício físico, verifica-se uma tendência para se esbaterem estas diferenças. O presente estudo demonstra que as praticantes do sexo feminino, diariamente envolvidas em situações de treino formal visando a melhoria da performance individual, apresentam uma forte tendência para valorizarem os seus sentimentos individuais face ao corpo, em contextos de prática desportiva e de exercício físico, quando comparadas com os seus pares praticantes do sexo masculino. Apesar das diferenças de média encontradas entre homens e mulheres, elas não são estatisticamente significativa. Estes resultados são parcialmente suportados pelos obtidos por Ferreira e Massart (2004) com judocas portuguesas, de ambos os sexos, de nível nacional e de nível internacional. Neste estudo, os valores das autopercepções no domínio físico e da auto-estima global obtidos por 19 judocas do sexo feminino, praticantes de nível internacional, foram inferiores aos dos seus pares do sexo masculino mas de valor médio muito semelhante aos alcançados por judocas do sexo masculino, praticantes de nível

nacional. Estes resultados suportam a hipótese de que as diferenças entre sexos ao nível das autopercepções no domínio físico têm tendência a esbater-se quando estudamos determinados grupos de atletas de elite, em modalidades desportivas específicas.

Situação semelhante se verificou no que diz respeito à variável condição. Os praticantes do sexo masculino, com deficiência motora, apresentam valores médios mais baixos para todas as dimensões, à excepção da força física. Nesta dimensão, são os atletas do sexo masculino, sem deficiência, que apresentam os valores médios mais baixos. No entanto, as diferenças existentes entre os dois grupos não são estatisticamente significativas. Estes resultados suportam a ideia de que a deficiência física exerce um efeito negativo na forma como cada um percebe a parte física do seu corpo e no tipo de sentimentos que desenvolvem face a esse mesmo corpo, quando comparado com outros atletas sem deficiência (Taleporos & McGabe, 2001). No entanto, a dimensão força física destaca-se de todas as restantes uma vez que, no caso dos praticantes de desporto e de exercício físico regular em cadeira de rodas, a força física é percebida e valorizada de modo muito positivo pois facilita a realização de um conjunto de destrezas não apenas de natureza desportiva, mas também outras tarefas do dia-a-dia, muitas vezes associadas a níveis mais elevados de mobilidade e de autonomia individual.

A realização de tais tarefas é facilitadora da vida diária e permite a demonstração de competências individuais que não estão habitualmente ao alcance de outros indivíduos com deficiências físicas e com características sedentárias. Um bom desempenho, a este nível, possibilita uma redução progressiva do estigma social (Goffman, 1968) através da promoção das competências individuais e da redução da desvantagem, alterando mentalidades e contribuindo para uma melhor integração da pessoa com deficiência tanto ao nível social/comunitário, como ao nível emocional e profissional.

Quanto à hipotética influência das variáveis sexo, condição, faixa etária, tempo e frequência de prática desportiva ao nível das variáveis dependentes analisadas no presente estudo, podemos afirmar que foram encontrados efeitos multivariados da frequência de prática desportiva e da interação sexo  $\times$  condição  $\times$  frequência de prática ao nível da auto-eficácia percebida, do autoconceito físico e da auto-estima global. Os atletas que treinam mais vezes por semana apresentam valores mais elevados de auto-eficácia percebida, de autoconceito físico, mas valores mais baixos de auto-estima global. Os atletas do sexo masculino com deficiência que treinam mais de três vezes por semana apresentam valores mais baixos de auto-eficácia percebida, de confiança física, de atracção corporal e de autoconceito físico, mas valores mais elevados de auto-estima global, comparativamente aos seus pares sem deficiência. Tais variações já foram anteriormente descritas por Ferreira (2006) e Ferreira e Fox (2007) para a população Portuguesa em geral.

Relativamente à variável faixa etária, esta apresenta efeitos multivariados sobre as variáveis dependentes força física e a auto-estima global. Os valores médios obtidos para cada grupo revelam que os atletas mais novos, no período da adolescência, apresentam valores médios mais baixos de força física percebida quando comparados com o grupo dos atletas adultos jovens, no entanto, os atletas mais jovens apresentam valores médios mais elevados de auto-estima global comparativamente aos seus colegas jovens adultos e adultos de meia-idade.

No que diz respeito ao nível de auto-eficácia percebida verificámos que são as atletas do sexo feminino, sem deficiência, que apresentam valores de eficácia percebida mais elevados. Os valores de auto-eficácia percebida dos atletas do sexo masculino são bastante baixos, sugerindo que estes são demasiado exigentes com a avaliação que fazem do seu próprio desempenho, considerando que a sua prestação foi bem pior

do que na realidade foi. Para tais resultados em muito contribuirá o facto de a esmagadora maioria destes atletas se verem frequentemente preteridos do “cinco inicial” das suas equipas, tendo em consideração as escolhas dos seus treinadores. A realidade das equipas que participam na liga profissional e na Proliga demonstra que, na grande maioria das equipas, o número de atletas nacionais que integram o “cinco inicial” é bastante baixo, sendo estes frequentemente preteridos por atletas estrangeiros ou com o estatuto de “comunitários”, o que poderá explicar os baixos níveis de auto-eficácia percebida e o desfazamento existente face à performance. No caso da liga feminina, o número de atletas estrangeiras em cada equipa é mais reduzido, havendo em média, mais tempo de jogo para as atletas nacionais. Este motivo poderá ter contribuído para o facto de as atletas do sexo feminino serem mais realistas na análise que fazem do seu desempenho, sendo capazes de fazer julgamentos e avaliações mais exactas do seu potencial na realização de determinadas tarefas específicas associadas ao jogo de basquetebol, uma vez que usufruem de maiores oportunidades de prática em situação de alta competição.

No que respeita à organização hierárquica do modelo, encontrámos suporte para a existência de uma relação hierárquica de três níveis entre a auto-estima global, a autovalorização física enquanto variável preditora e as autopercepções no domínio físico (confiança física, atracção corporal e força física). Foi ainda encontrada evidência para o facto de esta organização hierárquica poder ser extensível à auto-eficácia percebida tal como sugerido por Sonstroem et al. (1991, 1994). É igualmente importante destacar que, para todos os grupos em estudo, foram encontradas correlações negativas entre as autopercepções no domínio físico, incluindo autovalorização física (tida como variável preditora), confiança física, atracção corporal e força física e a variável

localizada no topo do modelo – a auto-estima global.

Os resultados obtidos no presente estudo, contrariam os apresentados na revisão da literatura em geral (Atienza et al., 1997; Fox & Corbin, 1989; Hagger et al., 1998; Page et al., 1993), mas suportam os anteriormente descritos por Ferreira (2006) e Ferreira e Fox (2007), envolvendo grupos particulares da população portuguesa. É também importante referir que a relação existente entre auto-eficácia percebida e performance individual real, aferida com base no cálculo do valor do MVP, se revelou inconsistente. No caso particular das atletas do sexo feminino foi encontrada uma correlação fraca mas positiva, no entanto, no caso dos atletas do sexo masculino com e sem deficiência, esta correlação é praticamente inexistente e de sentido negativo. Estes resultados contrariam parcialmente os descritos por Sonstroem et al. (1991) aquando da análise estrutural do modelo EXSEM. Se por um lado, os resultados do presente estudo confirmam a forte relação entre a auto-eficácia percebida e as competências relacionadas com a prática do exercício físico ou do treino desportivo, eles põem igualmente em causa a pretensa relação entre a auto-eficácia percebida e a performance individual, descrita na revisão da literatura como linear. Novos estudos são necessários para confirmar ou refutar os resultados obtidos em cada um dos grupos analisados.

#### REFERÊNCIAS

- Atienza, F., Balaguer, I., & Moreno, Y. (1997). Factorial validity of the Physical Self-Perception Profile (PSPP) in the case of Spanish adolescents. In R. Lidor & M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice* (pp. 82-84). Netanya, Israel: The Wingate Institute for Physical Education and Sport.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioural change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Batista, P. (1995). *Satisfação com a imagem corporal e auto-estima: Estudo comparativo de adolescentes envolvidas em diferentes níveis de actividade física*. Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto, Portugal.
- Biddle, S. J. H., Fox, K. R., & Boutcher, S. H. (Eds.) (2000). *Physical activity and psychological well-being*. London: Routledge.
- Blinde, E., & McClung, L. R. (1997). Enhancing the physical and social self through recreational activity: Accounts of individuals with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 14, 327-344.
- Campos, M. J., Ferreira, J. P., Gaspar, P. M., & Gorla, J. I. (2008). Perceived competence and social acceptance assessment in Portuguese young students with and without Down syndrome: A preliminary analysis. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 1(1), 51-61.
- Corredeira, R. M., Corte-Real, N. J., Dias, C., Silva, M. A., & Fonseca, A. M. (2007). Como avaliar a percepção de competência e de aceitação social de crianças com paralisia cerebral? Estudo inicial para a determinação das propriedades psicométricas da versão portuguesa da Deutch Pictorial Scale of Perceived Competence and Social Acceptance in Children with Cerebral Palsy. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 13(3), 325-344.
- Ferreira, J. P. (2006). *Physical self and global self-esteem in wheelchair sport participants: A mixed method approach*. Coimbra: FCDEF - Universidade de Coimbra.
- Ferreira, J. P., & Fox, K. R. (2003). Evidence of cross-cultural validity and reliability of a Portuguese version of the Physical Self-Perception Profile. In R. Stelter (Ed.), *New approaches to Exercise and Sport Psychology: Theories, methods and applications* (pp. 58-59). Copenhagen: Institute of Exercise and Sport Sciences.
- Ferreira, J. P., & Fox, K. R. (2007). An investigation into the structure, reliability, and validity of a Portuguese version of the Physical Self-Perception Profile in non-English spoken settings. *International Journal of Applied Sport Sciences*, 19(1), 25-46.
- Ferreira, J. P., & Fox, K. R. (2008). Physical self-perceptions and self-esteem in basketball players with and without disability: A preliminary analysis using the Physical Self-Perception Profile. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 1(1), 35-49.
- Ferreira, J. P., & Massart, A. (2004). Physical self-perceptions and global self-esteem in elite and non elite judo athletes. In V. Klisouras (Ed.), *Proceedings of the 2004 Pre-Olympic Congress: Sport science through the ages* (vol. I, pp. 159-160). Thessaloniki: Aristotle University of Thessaloniki.
- Fonseca, A. M., & Fox, K. R. (2002). Como avaliar o modo como as pessoas se percebem fisicamente? Um olhar sobre a versão portuguesa do Physical Self-Perception Profile (PSPP). *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 5(2), 11-23.
- Fox, K. R. (1990). *The Physical Self-Perception Profile manual*. DeKalb, IL: Office for Health Promotion, Northern Illinois University.
- Fox, K. R. (2000). The effects of exercise on self-perceptions and self-esteem. In S. J. H. Biddle, K. R. Fox, & S. H. Boutcher (Eds.), *Physical activity and psychological well-being* (pp. 88-117). London: Routledge.
- Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 408-430.
- Fox, K. R., Corbin, C. B., & Couldry, W. H. (1985). Female physical estimation and attraction to physical activity. *Journal of Sport Psychology*, 7(2), 125-136.
- Goffman, E. (1968). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Harmondsworth: Penguin.
- Hagger, M., Ashford, B., & Stambulova, N. (1998). Russian and British children's physical self-perceptions and physical activity participation. *Pediatric Exercise Science*, 10, 137-152.
- Harter, S. (1985). Competence as a dimension of self-evaluation: Towards a comprehensive model of self-worth. In R. Leahy (Ed.), *The development of the self* (pp. 55-121). New York: Academic Press.
- Marsh, H. W., & Parker, J. W. (1984). Determinants of student self-concept: Is it better to be a relatively large fish in a small pond even if you don't learn to swim as well? *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 213-231.
- Page, A., Ashford, B., Fox, K. R., & Biddle, S. (1993). Evidence of cross-cultural validity for the Physical Self-Perception Profile. *Personality and Individual Differences*, 14(4), 585-590.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Silber, E., & Tippett, J. S. (1965). Self-esteem: Clinical assessment and measurement validation. *Psychological Reports*, 16, 1017-1071.
- Sonstroem, R. J. (1997). The physical self-system: A mediator of exercise and self-esteem. In K. R. Fox (Ed.), *The physical self: From motivation to well-being* (pp. 3-26). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sonstroem, R. J., & Morgan, W. P. (1989). Exercise and self-esteem: Rationale and model. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 21, 329-337.
- Sonstroem, R. J., Harlow, L. L., & Josephs, L. (1994). Exercise and self-esteem: Validity of model expansion and exercise associations. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 29-42.
- Sonstroem, R. J., Harlow, L. L., Gemma, L. M., & Osborne, S. (1991). Test of structural relationships within a proposed exercise and self-esteem model. *Journal of Personality Assessment*, 56, 348-364.
- Taleporos, G. & McGabe, M. P. (2001). The impact of physical disability on body esteem. *Sexuality and Disability*, 19, 293-308.