

## AUTORES:

Kauan Galvão Morão <sup>1</sup>  
 Guilherme Bagni <sup>1</sup>  
 Renato Henrique Verzani <sup>1</sup>  
 Claudio Gomes Barbosa <sup>1</sup>  
 Afonso Antonio Machado <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidade Estadual Paulista  
 "Júlio de Mesquita Filho" – UNESP  
 – Rio Claro/SP, Brasil

10.5628/RPCD.16.03.78

## A reclusão/concentração esportiva para atletas de categorias de base do futebol brasileiro

## PALAVRAS CHAVE:

Reclusão esportiva. Concentração.  
 Estados emocionais. Futebol.  
 Desenvolvimento humano e tecnologias.

SUBMISSÃO: 10 de Novembro de 2016  
 ACEITAÇÃO: 30 de Dezembro de 2016

## RESUMO

O ambiente de reclusão esportiva visa proporcionar maior foco, atenção e concentração aos atletas para partidas e competições. Contudo, sua eficácia é discutida, gerando conflito de opiniões entre os envolvidos. Assim, o objetivo deste estudo é investigar a opinião de jovens futebolistas sobre o ambiente de reclusão esportiva. A amostra foi composta por 211 futebolistas de categoria de base de 10 equipes brasileiras, do sexo masculino, com média de idade de 18.05 anos ( $\pm 0,96$ ). Foi utilizado um questionário com 8 questões abertas, sendo que apenas 3 perguntas foram selecionadas para este estudo. A análise de conteúdo <sup>(4)</sup> foi o método de análise adotado nesta pesquisa. Os principais resultados indicaram que 56% dos atletas julgavam que o ambiente de reclusão oferece recursos necessários à prática esportiva, além de 19% relatarem aumento na convivência social. Também foi constatado que 63% dos atletas afirmavam que a reclusão esportiva aumenta o foco para o jogo, além de 10% assumirem ser necessário para o repouso dos atletas. Assim, conclui-se que os atletas julgam ser preciso o uso do ambiente de reclusão esportiva, alegando que esse local proporciona benefícios como aumento do foco, da atenção e da concentração para as partidas e/ ou campeonatos.

## Sport confinement/ concentration in young Brazilian soccer players

## ABSTRACT

The sports seclusion place aims to provide greater focus, attention and concentration to athletes for matches or competitions. However, their real effectiveness has been discussed, creating conflict of opinions among involved athletes. The aim of this study is to investigate the opinion of young soccer players about the sports seclusion place. The sample was composed of 211 junior soccer players of 10 Brazilian teams, male, with a mean age of 18.05 years ( $\pm 0.96$ ). It was used a questionnaire with 8 open questions, but only three questions were selected for this study. The content analysis <sup>(4)</sup> was the analysis method used in this research. The main results indicated that 56% of athletes believes that the sports seclusion place provides resources to sports, and 19% of the athletes reported an increase in social living. Furthermore, it was founded that 63% of the athletes said that sports seclusion place increases the focus to the game, and 10% take it as necessary for rest of athletes. Thus, it was concluded that athletes believe that sports seclusion place is necessary, claiming that it provides benefits as increased focus, attention and concentration to the games and/ or championships.

## KEY WORDS:

Sports seclusion place. Concentration.  
 Emotional states. Soccer.  
 Human development and technology.

## INTRODUÇÃO

O âmbito esportivo é composto por inúmeras estratégias que buscam entender o atleta como um todo e aperfeiçoar os aspectos abordados nesse meio. Há anos, busca-se entender melhor o contexto esportivo na tentativa de superar os adversários a serem enfrentados <sup>(6, 12)</sup>, adotando-se estratégias que são colocadas em questionamento quando não apresentam motivos aparentes e comprovação de sua eficácia.

Em diversas modalidades esportivas, é comum existir um ambiente em que os atletas ficam alojados no momento precedente a uma partida ou competição, sendo considerado um momento de reclusão esportiva. Essa situação é popularmente denominada de ambiente de “concentração” <sup>(12)</sup>, nome justificado pelos discursos das comissões técnicas que ressaltam o fato dos atletas estarem neste local buscando reflexão, foco e concentração para o enfrentamento ao qual irão passar.

Poucos são os estudos e as conclusões acerca da real eficácia que o ambiente de reclusão pode proporcionar ao esporte <sup>(6, 7, 8, 12)</sup>, principalmente naquilo que se refere a evitar a perda de desempenho dos atletas e o aumento da concentração à prática, visto que é esse o objetivo da reclusão segundo parte dos profissionais que utilizam essa estratégia.

No cenário esportivo, pode-se destacar o papel da concentração, muitas vezes chamada de foco, sendo conceituada como a focalização da atenção em determinada ação ou objeto. Desta forma, a atenção no esporte pode ser dividida em três etapas: concentração em sinais relevantes, manutenção do foco de atenção todo o tempo e consciência da situação <sup>(18, 16, 19)</sup>.

Segundo Machado e Gomes <sup>(12)</sup>, é necessário que o treinador busque fazer com que a prática esportiva seja prazerosa e cause satisfação nos atletas, o que implica em resultados melhores, visto que os jogadores tendem a evitar experiências não prazerosas e repetir aquelas que lhes proporcionaram prazer e satisfação, gerando desempenhos melhores.

A utilização da reclusão esportiva pode ser interpretada como a tentativa de manter ou ampliar o foco dos atletas para o jogo ou para uma competição, buscando aproximar a performance aos níveis máximos, minimizando a perda de atenção e interferências externas que possam causar quedas de desempenhos provenientes do enfrentamento de situações estressoras.

Coloca-se em dúvida a eficiência da reclusão esportiva quando comportamentos imprevistos e situações inesperadas ocorrem, principalmente, durante uma partida ou em atividades “extracampo” (alojamentos, competições), onde surgem desentendimentos e desafeitos, por exemplo. Com isso, se faz relevante considerar a visão dos atletas e analisar os discursos dos mesmos a respeito dos fatores positivos e negativos que podem emergir devido ao ambiente de reclusão esportiva <sup>(8)</sup>.

Contesta-se o ambiente de reclusão, principalmente, pelo fato de alguns atletas relatarem sentimento de encarceramento e tédio quando passam por essa situação, podendo ser prejudicial aos jogadores, como afirmam figuras renomadas no cenário futebolístico como

Romário, Sócrates e Ronaldo, colocando em discussão se existe ou não a real necessidade de estarem alojados ou “concentrados” <sup>(12)</sup>.

O que deve ser ressaltado é que a reclusão esportiva, muitas vezes, se faz obrigatória, devido as equipes se deslocarem a outra cidade para disputarem competições ou amistosos como parte da preparação global.

Na Europa, alguns clubes aboliram a utilização do ambiente de reclusão esportiva antes dos jogos, proporcionando maior autonomia e responsabilidade aos jogadores, demonstrando confiança e credibilidade por parte do treinador <sup>(1, 3)</sup>.

No cenário brasileiro, algumas equipes tentaram abolir a reclusão, principalmente ou exclusivamente, quando jogam em casa. Esse fato também ocorreu devido à dificuldade financeira pela qual alguns times enfrentaram, necessitando de maiores economias, evitando gastos com hotéis e alimentação, por exemplo <sup>(2, 5, 10, 13, 14)</sup>.

Os clubes criaram cartilhas aos atletas contendo o que deveria ser realizado, sendo que essa decisão poderia retomar aos padrões antigos caso não fossem respeitadas as regras pré-estabelecidas. A justificativa para a tomada dessa atitude se dá pelo fato dos atletas possuírem maior rendimento quando se sentem mais felizes e a vontade, o que pode ser proporcionado mais facilmente na presença de familiares, no próprio lar, não estando presos a um ambiente em que pode gerar desconforto, tédio e outros fatores.

Contudo, entende-se o ambiente de reclusão esportiva, como uma estratégia utilizada em momentos que precedem as partidas ou o período competitivo, agindo como uma terapia coletiva, gerando maior equilíbrio emocional aos atletas, afastando estímulos externos que possam influenciar no rendimento, tanto pelo contato com outras pessoas, mesmo familiares, quanto pela aproximação com a mídia, digital ou tradicional <sup>(17)</sup>.

Esse tipo de reclusão, pode ser notada no esporte de iniciação e nas categorias de base, visto que o esporte infantil possui forte tendência em ser uma cópia do alto rendimento <sup>(9)</sup>.

Machado e Gomes <sup>(12)</sup> questionam se a reclusão esportiva para jovens deve ser igual à dos atletas profissionais ou realizada de maneira mais lúdica, educativa e prazerosa, tentando criar um local que proporcione melhor aprendizagem e satisfação aos jogadores, não prejudicando o rendimento.

Quando os atletas se encontram diante de um período de reclusão, a distração encontrada pela maioria deles está limitada a algumas brincadeiras entre os companheiros de equipe, baralho, jogos de bilhar e outros jogos de salão <sup>(17)</sup>. Há algum tempo, os atletas passaram a utilizar aparatos tecnológicos, estando imersos no mundo virtual e em jogos eletrônicos presentes nas plataformas, podendo gerar utilização excessiva e mal orientada dos aparelhos, resultando em ausência do papel do ambiente de reclusão em conter notícias indesejadas ou que interferiram negativamente no desempenho dos jogadores <sup>(15)</sup>.

Para manejar melhor o acesso aos artefatos tecnológicos de modo que não prejudiquem o rendimento e concentração dos jogadores, são necessárias estratégias e regras que

podem ser estabelecidas pelas comissões técnicas, considerando a opinião dos próprios atletas, sendo relevante o conhecimento sobre o grupo com o qual está sendo trabalhado.

É comum que alguns profissionais vetem o acesso a informações durante o período de reclusão esportiva, alegando ser prejudicial aos atletas. Contudo, deve-se refletir se essa é a atitude mais adequada, pois a situação pode despertar o sentimento de ansiedade e apreensão nos esportistas pelo fato de desejarem ter qualquer tipo de informação referente aos seus familiares, podendo receber as notícias nos momentos precedentes ao início da partida por meio de um repórter, sendo algo negativo se a informação recebida for adversa, não havendo tempo hábil para ser realizado um trabalho com esse atleta, possivelmente aumentando o prejuízo na performance <sup>(12)</sup>.

No caso de uma concentração esportiva, o contato do jogador com a notícia seria trabalhado e minimizado por meio de reuniões com o treinador, comissão técnica, companheiros de clube e psicólogo da equipe, caso a mesma possua esse profissional, colaborando com a resolução do problema apresentado por meio de estratégias que possam ser adotadas, variando de acordo com a característica do jogador, personalidade, gravidade da notícia e significado da mesma <sup>(12)</sup>.

De acordo com a visão de Toledo <sup>(17)</sup>, há um contraponto referente à visão dos jogadores sobre o ambiente de reclusão esportiva como prisão, explicando que diversas atividades podem ser realizadas nesse momento e, quando somadas à rotina de treinamento dos atletas, passam a ser essenciais para a preparação global adequada dos esportistas, ainda mais quando estes se encontram em períodos competitivos, visando moldar ou manejar o jogador para que se adeque às características da competição a qual irá enfrentar.

Além disso, é proposto por Machado <sup>(11)</sup> que o período de reclusão esportiva tenha duração de 12 a 24 horas e ocorra nos momentos precedentes a partida, evitando possíveis desgastes, como tédio e desentendimentos, que possam surgir nesse ambiente, minimizando também a possibilidade de uma notícia inesperada chegar ao atleta e não ser trabalhada de maneira adequada, o que geraria prejuízos individuais e, até mesmo, coletivos.

Seguindo a visão de Machado e Gomes <sup>(12)</sup>, é essencial que as diferenças no ambiente de reclusão esportiva para jovens atletas e jogadores de alto nível sejam respeitadas, já que esse local deve proporcionar além de foco na competição, momentos de alegrias, conquistas e ganhos educacionais, de forma que independa dos resultados obtidos nas partidas, valorizando o processo educacional esportivo como um todo.

Sendo assim, torna-se essencial a realização de estudos com enfoque em atividades e estratégias voltadas para o aumento do rendimento, como é colocado que ocorre por meio da reclusão esportiva. Por isso, deve-se abordar as possíveis implicações positivas e negativas desse ambiente, a relevância do mesmo e a visão dos atletas sobre a reclusão, visto que os jogadores são as figuras mais afetadas por essa situação.

Com isso, o objetivo deste estudo é investigar a visão de atletas de categorias de base do futebol brasileiro, sobre o ambiente de reclusão esportiva, destacando os aspectos positivos e negativos que podem surgir nesse momento.

## MATERIAL E MÉTODOS

### AMOSTRA

A amostra do presente estudo foi composta por 211 atletas de futebol de campo, do sexo masculino, sendo que os mesmos compunham o elenco de 10 equipes da Copa São Paulo de Futebol Júnior disputada no ano de 2015, considerada uma das principais competições nacionais para atletas de categorias de base desta modalidade. Os atletas apresentaram média de idade de 18.05 anos ( $\pm 0.96$ ).

As equipes foram selecionadas para esta pesquisa de acordo com a permissão e disponibilidade das comissões técnicas, treinadores e jogadores e todos os atletas responderam ao questionário de maneira voluntária, sendo atendidos os princípios éticos.

### PROCEDIMENTOS

Primeiramente, foi estabelecido contato com as equipes e comissões técnicas, fazendo com que os pesquisadores apresentassem o instrumento de pesquisa aos responsáveis, explicando o que seria realizado e o tempo médio que os participantes, geralmente, despendiam para responder às indagações.

### INSTRUMENTARIUM

Como instrumento de pesquisa, foi adotado um questionário com oito questões abertas, desenvolvido para a finalidade proposta nessa pesquisa. Entretanto, apenas três questões foram selecionadas para serem utilizadas no presente estudo, visando maior especificidade e pertinência quanto ao conteúdo descrito, na busca por maior compreensão a respeito da visão de jovens futebolistas brasileiros sobre o ambiente de reclusão esportiva.

### PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS

O método de análise adotado foi a análise de conteúdo proposta por Franco <sup>(4)</sup>, tendo como finalidade realizar uma leitura e interpretação mais profunda e adequada dos dados qualitativos obtidos com as indagações. Este método possui como vantagem a realização de uma abordagem objetiva e sistêmica dos resultados, destacando a possibilidade de serem feitas inferências e uma análise do conteúdo obtido em seus sentidos individuais.

# RESULTADOS E DISCUSSÃO

As respostas obtidas por meio dos discursos dos atletas foram categorizadas e expostas por meio de figuras representadas a seguir. O primeiro questionamento estava relacionado com a visão que os atletas possuíam sobre o local de reclusão esportiva e alojamento, tendo os principais relatos apresentados na figura abaixo (FIGURA 1).

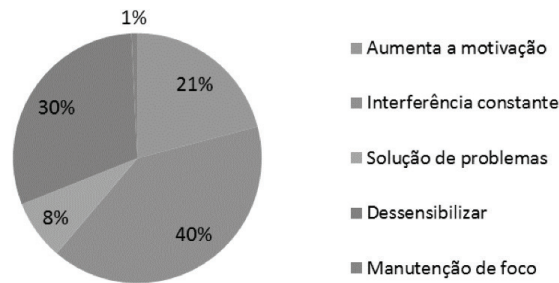


FIGURA 1. Porcentagem de respostas à pergunta: "O que você acha do ambiente de reclusão?"

O que pode ser observado é que os atletas relataram que o ambiente de reclusão e alojamento oferecem as condições necessárias para os esportistas, no sentido de dar subsídios e colaborar para a prática adequada das atividades propostas, além de cumprir com as necessidades fundamentais para um atleta (56%). Logo em seguida, os participantes apontam que o ambiente de reclusão esportiva aumenta a convivência social (19%), fato relevante ao pensarmos que esses atletas ficam longe de seus familiares e amigos durante certo tempo (período que varia sua duração de acordo com a estratégia de reclusão traçada pela comissão, ou à própria cidade em que os jogos ou competições ocorrem).

Sendo assim, é necessário que os atletas tenham uma boa convivência social, buscando em seus companheiros apoio para lidarem com as situações adversas do mundo do esporte e, até mesmo, questões pessoais. Além disso, no ambiente de reclusão é onde o contato entre os atletas é maximizado, surgindo brincadeiras e formas de descontrações, como diversos tipos de jogos, suprimindo algumas necessidades de convivência.

Pode-se observar também, que em contrapartida ao que foi citado pela maioria dos atletas, alguns indivíduos citaram falta de estrutura no local de concentração (11%). Este fato pode ter sido relatado pela ausência de infraestrutura que alguns alojamentos apresentam, principalmente quando pensamos em atletas que moram debaixo de arquibancadas durante longos períodos de suas vidas, buscando uma chance maior na carreira futebolística, o que chega a ser frequente em jogadores de categorias de base.

Outras categorias foram constatadas por meio do discurso dos atletas, sugerindo que o ambiente de reclusão é importante para a manutenção do foco (7%), além desse local também contribuir para o aperfeiçoamento da coesão grupal (7%). Esses aspectos ainda aparecem em outras pesquisas <sup>(7,8)</sup>, demonstrando a visão dos atletas sobre esse ambiente de alojamento e reclusão/ concentração.

A segunda questão respondida pelos atletas dizia respeito ao julgamento que os próprios jogadores possuíam quanto a importância de ficarem alojados e concentrados no momento precedente aos jogos, tendo as categorias destacadas pelos esportistas expostas na figura seguinte (FIGURA 2).

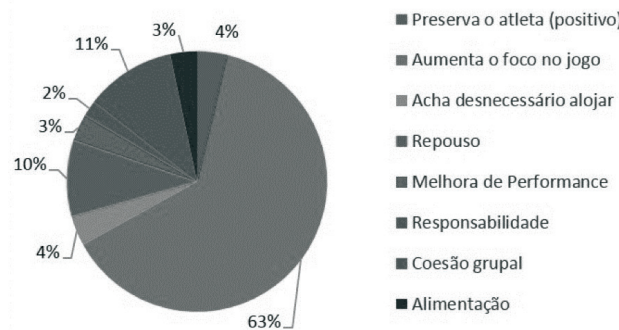


FIGURA 2. Porcentagem de respostas à pergunta: "Você considera importante ficar concentrado?"

De acordo com as respostas dos jovens atletas, nota-se grande diferença entre a categoria com maior valor quando comparada às outras, sendo que a maioria da amostra indica que ficar alojado/concentrado antes das partidas aumenta o foco para o jogo (63%). Outros jogadores evidenciam que o ambiente de reclusão esportiva é responsável pela melhora da coesão grupal (11%) e necessário para o repouso dos atletas (10%).

Ainda pode-se observar que alguns atletas julgam o ambiente de reclusão esportiva algo essencial para a melhora na alimentação dos jogadores (3%) e preservação (4%), o que implica em dieta adequada para os membros da equipe além de atividades que contribuam para a preparação global, inclusive horário de descanso/sono realizado da maneira correta.

Os dados obtidos podem também corroborar com os estudos de Kocian, Kocian e Machado <sup>(8)</sup> e Kocian <sup>(6)</sup>, em que os autores encontraram alguns aspectos similares como resultados, como a preservação dos atletas, repouso, alimentação e aumento do foco para a partida.

Com relação a terceira indagação, buscou-se diagnosticar por meio do conteúdo das respostas dos atletas se as notícias veiculadas, tanto pela mídia tradicional quanto pela mídia digital, sobre o próprio jogador ou sobre sua equipe como um todo, podem atingir o jovem esportista e de que maneira isso acaba influenciando em seu comportamento.

Esse questionamento foi essencial devido ao contato, muitas vezes excessivo, que os atletas possuem com as mídias durante o período de reclusão, principalmente quando se fala em novas mídias, aplicativos de comunicação, redes sociais, portais, revistas e jornais eletrônicos, resultando em possível interferência no rendimento ou comportamento do atleta de acordo com a notícia que for veiculada, podendo influenciar negativamente na performance, desestruturando todo um trabalho previamente realizado.

As respostas para essa indagação foram categorizadas e expostas na terceira figura (FIGURA 3), buscando a identificação dos fatores citados pelos participantes da pesquisa da maneira mais fidedigna possível.

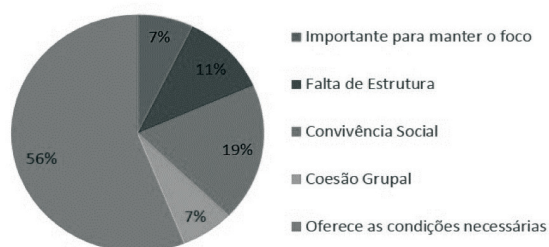


FIGURA 3. Percentagem de respostas à pergunta: "Como as notícias divulgadas em meios de comunicação sobre você e/ou sua equipe o atingem?".

Nota-se que a maior parte dos atletas (40%) sugere que realmente há interferência constante quando uma notícia sobre si ou sobre sua equipe é veiculada pela mídia, porém não destacam se essa interferência é positiva ou negativa. Por outro lado, o segundo fator mais destacado pelos atletas indica que os mesmos se encontram dessensibilizados (30%) para tal situação, não possuindo maiores implicações caso algo seja divulgado pela mídia.

Outro ponto que merece destaque é quando os atletas apontam para aumento da motivação (21%) após uma notícia sobre si e/ou sua equipe ser veiculada, ou seja, se a informação for pejorativa, os jogadores sentem-se motivados a superar o que foi dito, buscando melhores desempenhos, fazendo com que a mídia altere positivamente sua visão sobre o atleta na próxima vez que for citado. Quando a notícia veiculada é vista como positiva, os esportistas dizem se colocar em estado de aumento de motivação para que consigam manter essa performance citada ou, até mesmo, fazer com que busquem aperfeiçoamento do rendimento, na tentativa de se manterem no topo.

Em contrapartida, Machado <sup>(11)</sup> sugere que ao serem observados, os atletas podem ter por consequência uma perda de performance, já que essa situação pode resultar em diminuição nos níveis de concentração, aumento de estados de ansiedade, sentimento de

vergonha e distração, fazendo com que o esportista perca o foco e a atenção para uma tarefa. Esse fato apresenta forte relação com a exposição que a mídia realiza com os atletas, podendo implicar em diversos fatores prejudiciais ao desempenho dos mesmos.

Com isso, pode-se entender esses resultados por meio de duas visões. A primeira se resume no simples fato dos atletas realmente acreditarem que o ambiente de reclusão esportiva é necessário para se ter maior foco no jogo, além de colaborar com alguns cuidados essenciais para os jogadores (repouso e alimentação, por exemplo). Esse fato é relevante quando pensamos na falta de preparo, de instrução e de responsabilidade da maioria dos esportistas brasileiros, principalmente em ambientes como suas próprias residências, deixando de lado uma alimentação saudável e hábitos que devem ser seguidos devido a influência de fatores extrínsecos como famílias e amigos, desencadeando aspectos possivelmente negativos aos atletas, tanto relacionado aos fatores de preparação quanto de desempenho final.

A segunda visão demonstra, em suma, que esses jovens atletas não possuem um senso crítico sobre o assunto e mal sabem o motivo de estarem alojados/ concentrados, resultando em discursos viciados e sem argumentos, demonstrando replicação do que lhes é dito pelas mídias, comissões técnicas e treinadores dos clubes em que atuam, exaltando a reclusão esportiva e fazendo com que assuma algumas funções que nem sempre são de sua responsabilidade. Isso é facilmente observado por meio das respostas de alguns atletas, que ressaltam que a comissão técnica, os treinadores e os dirigentes sabem o que é o melhor a ser feito, por isso, não questionam o trabalho realizado pelos mesmos, sendo submissos na maioria das vezes.

Além disso, é nítido que não existe consenso por parte dos atletas quanto as respostas obtidas por meio dessas indagações, implicando no fato de jovens futebolistas brasileiros indicarem uma gama de fatores que podem emergir no ambiente de reclusão esportiva, apresentando grandes variações entre os aspectos considerados positivos e negativos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Portanto, pode-se concluir que há diversos fatores referentes ao ambiente de reclusão esportiva que podem ser vistos como positivos e/ou negativos pelos atletas, possuindo como principais pontos positivos citados o fato desse ambiente oferecer as condições necessárias adequadas aos atletas, aumentar ou manter o foco dos jogadores para as partidas, preservar os esportistas, principalmente no que diz respeito a repouso e alimentação. Esses fatores são seguidos de aspectos como a melhora da performance dos atletas, evitando perda de desempenho, além de contribuir para o aperfeiçoamento da convivência social. Em contrapartida, foi apontado como negativo a falta de estrutura dos locais de reclusão, além de problemas de relacionamento que surgem, como desentendimentos e desafeitos.



Também foi evidenciado que a maioria dos jovens futebolistas brasileiros considera necessária a utilização do ambiente de reclusão nos momentos precedentes aos jogos e durante os campeonatos, porém há variação dessa necessidade, sendo alterada de acordo com a dificuldade da partida (estreia, jogo amistoso, fases finais de uma competição) e/ ou do adversário (rivalidade, posição no campeonato), significado e relevância que o jogo possui.

Somado a isso, inclui-se o fato da importância dos esportistas possuírem consciência sobre o motivo de estarem alojados/concentrados, desenvolvendo maior percepção sobre vantagens e desvantagens do ambiente de reclusão, verificando possíveis benefícios e malefícios do mesmo, principalmente ao analisarem questões como a coesão grupal e o foco na partida, buscando a minimização de discursos replicados sem argumentos aprofundados e sem informações baseadas somente no senso comum, sendo papel da comissão técnica e da equipe esclarecer aos atletas os reais motivos da reclusão, desenvolvendo maior consciência sobre essa estratégia utilizada comumente entre a maioria dos clubes brasileiros.

Por fim, devido a potencialização do uso de artefatos tecnológicos somado ao relato de grande parte dos atletas sobre a interferência constante gerada pelas notícias divulgadas pelas mídias a respeito de si ou de suas equipes, sugere-se que sejam estabelecidas regras ou acordos traçados pelas comissões técnicas de cada clube, treinadores e atletas a respeito da utilização de aparelhos como notebooks e smartphones que facilitem o acesso à Internet no ambiente de reclusão esportiva. Essa atitude deve ser planejada de acordo com o grupo que se possui, buscando criar um ambiente benéfico aos jogadores, colaborando para a preparação global dos mesmos, evitando possíveis influências que possam prejudicar a performance dos atletas durante um único jogo ou por todo um campeonato.

## REFERÊNCIAS

- Behs L (2014). *Inter se inspira em clubes europeus e, por sugestão de Abel, acaba com a concentração*. Disponível em <http://zh.clicrbs.com.br/rs/esportes/inter/noticia/2014/02/inter-se-inspira-em-clubes-europeus-e-por-sugestao-de-abel-acaba-com-a-concentracao-4408594.html>
- Borges W (2013). *Com salários atrasados, Botafogo não se concentra para clássico*. Disponível em [http://www.lancenet.com.br/botafogo/salarios-atrasados-Botafogo-concentrar-classico\\_0\\_963503739.html](http://www.lancenet.com.br/botafogo/salarios-atrasados-Botafogo-concentrar-classico_0_963503739.html)
- Diniz A (2015). *Chega de concentração*. Disponível em <http://abiliodiniz.blogosfera.uol.com.br/2015/01/26/chega-de-concentracao/>
- Franco MLPB (1994). *Ensino médio: desafios e reflexões*. Campinas: Papirus.
- Furtado T (2015). *Fluminense abole concentração em jogos no Rio e Grande Rio*. Disponível em <http://oglobo.globo.com/esportes/fluminense-abole-concentracao-em-jogos-no-rio-grande-rio-15233675>
- Kocian RC (2009). *Concentração nas olimpíadas colegiais do estado de São Paulo: estudo de caso sobre a reclusão esportiva à luz da psicologia do esporte*. Dissertação de mestrado, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Rio Claro, SP, Brasil.
- Kocian RC, Botura H, Nicola T, Amandio JCA, Machado AA (2007). Existe possibilidade de uma nova forma de reclusão esportiva? Uma visão dos atletas. *Col Pesq Educ Fís* 5(1): 315-322.
- Kocian RC, Kocian WE, Machado AA (2005). Aspectos psicológicos positivos e negativos de uma concentração esportiva: uma visão dos atletas. *EFDeportes*, 89. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd89/concen.htm>
- Krebs RJ (1995). *Desenvolvimento humano: teorias e estudos*. Santa Maria: Casa Editorial.
- Lozetti A (2013). *Fim da concentração tem apoio de atletas e desconfiança de dirigentes*. Disponível em <http://globoesporte.globo.com/futebol/noticia/2013/04/fim-da-concentracao-tem-apoio-de-atletas-e-desconfianca-de-dirigentes.html>
- Machado AA (2014). A educação física e a psicologia do esporte em jogo: resultados da copa do mundo, o que temos com isso? *Rev Bras Psic Apl Esporte Motric Hum* 4(1): 17-22.
- Machado AA, Gomes R (2011). *Psicologia do esporte: Da escola à competição*. Várzea Paulista: Fontoura.
- O Estado de São Paulo (2014). *Atlético-MG abole a concentração para jogos em casa*. Disponível em <http://esportes.estadao.com.br/noticias/futebol,atletico-mg-abole-a-concentracao-para-jogos-em-casa,1538275>
- Paradella R (2016). *Concentração 'caseira' do Flu tem cartilha, dieta e cobrança interna*. Disponível em <http://esporte.uol.com.br/futebol/ultimas-noticias/2015/02/14/concentracao-caseira-do-flu-tem-cartilha-dieta-e-cobranca-interna.htm>
- Rebustini F (2012). *A vulnerabilidade no esporte e a exposição às novas mídias: um estudo sobre o twitter*. Tese de Doutorado, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Rio Claro, SP, Brasil.
- Samulski DM (2002). *Psicologia do esporte*. Barueri: Manole.
- Toledo LH (2002). *Lógicas no futebol*. São Paulo: Hucitec.
- Weinberg RS (1988). *The mental advantage: Developing your psychological skills in tennis*. Champaign, IL: Leisure Press.
- Weinberg RS, Gould D (2008). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. 4.ª ed. Porto Alegre: Artmed.