

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE  
CURSO DE PSICOLOGIA

Luisa Maluf

A Psicologia frente o estereótipo de corpos em atletas

SÃO PAULO  
2023

Luisa Maluf

A Psicologia frente o estereótipo de corpos em atletas

Monografia apresentada à disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), sob a orientação da Profa. Dra. Maria Cristina Dancham Simões

SÃO PAULO  
2023

## **AGRADECIMENTOS**

Esse trabalho, apesar de difícil e por muitas vezes complicado, foi essencial para minha graduação e prazeroso à medida que pude estudar afundo um tema que já tinha gosto e interesse para além de funções acadêmicas. A construção dele se deu junto do apoio de diversas pessoas.

Em primeiro lugar, agradeço a meus pais, Roberto e Claudia, por proporcionarem a oportunidade de estudar em uma ótima faculdade e por me apoiarem em meus interesses. Também aos meus irmãos, Roberto e Ricardo, que se mostraram presentes tanto em questões referentes diretamente ao trabalho – a partir da ajuda para achar atletas para as entrevistas e da leitura dos capítulos –, quanto para momentos de descontração em que tudo que precisava era falar besteiras e não pensar na pesquisa.

Agradeço também aos meus amigos de dentro e de fora da faculdade, em especial Ismael, que estiveram comigo em todas as etapas, proporcionando acolhimento quando a angústia se manifestava e felicidade e comemorações quando uma parte, ainda que pequena, era concluída. Obrigada por acreditarem em mim e por todo incentivo. Aos amigos de dentro de quadra, agradeço por estarem por perto e por me deixarem falar tanto, poder discutir questões que estava estudando com pessoas que têm interesse direto no tema, e que vivem isso também, foi muito importante.

Às atletas que concederam as entrevistas, agradeço a participação e interesse em ajudar, foi uma honra conhecer parte da história de vocês dentro do voleibol e entender como o esporte perpassa diversas esferas da vida das jogadoras.

Por fim, agradeço imensamente a Macris, que aceitou orientar meu trabalho e esteve presente a todo momento. Para cada insegurança que apareceu durante a escrita e pesquisa, a cada angústia era criada a partir dos problemas, você me acalmou e incentivou a continuar fazendo que ia dar certo no final. E deu.

Obrigada a todos que ajudaram e proporcionaram para além de um espaço de escuta, um lugar de apoio que permitia a fuga de questões acadêmicas. Esses intervalos de descontração entre uma escrita e outra foram, também, o que me deu forças para continuar escrevendo de modo que o gosto pelo tema continuasse vivo até o fim.

MALUF, L. **A Psicologia frente o estereótipo de corpos em atletas.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2023.

Área do CNPq: 7.07.00.00-1 Psicologia

7.07.05.00-3 Psicologia Social

## **RESUMO**

A Psicologia do Esporte é a ciência que estuda o comportamento das pessoas quando realizam atividades físicas esportivas. É uma área recentemente regularizada pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP), mas que possui diversas possibilidades de atuação para o profissional, especialmente em trabalhos diretamente com os atletas. O esporte é um ambiente que não escapa das regras de convivência da sociedade, portanto, também é influenciado pelos estereótipos. Nas diferentes culturas é possível observar os mais diversos tipos destes, e, especialmente em relação à aparência física, o padrão imposto colabora com a naturalização de estigmas e com o pertencimento a determinados grupos sociais. Dentro da área da Psicologia Social, é possível inferir que os estereótipos são usados a fim de se adquirir conhecimento acerca de um indivíduo ou mais, visto que são ideias sobre um grupo social que expressam um imaginário socialmente cultivado. O presente trabalho tem como objetivo entender a relação entre o estereótipo de corpos e como isso afeta os atletas. O estudo se trata de uma pesquisa de campo, descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa. A pesquisa foi realizada após a aprovação do projeto pelo parecer de mérito e comitê de ética em pesquisa com seres humanos.

**Palavras-chave:** Psicologia do Esporte; estereótipo; corpo; atletas

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO .....	5
1.1	Psicologia do Esporte.....	6
1.2	Estereótipo de corpo e o esporte .....	8
2	MÉTODO.....	13
2.1	Procedimento de coleta de dados .....	13
2.2	Procedimento de análise de dados .....	15
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	17
3.1	Caracterização das entrevistadas.....	17
3.2	Análise dos dados .....	18
3.2.1	Posições do voleibol .....	19
3.2.2	A posição de líbero .....	22
3.2.3	A pressão estética dentro do esporte.....	24
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	29
	REFERÊNCIAS .....	31

## 1 INTRODUÇÃO

Essa pesquisa trata sobre o estereótipo de corpos relacionado ao esporte e à maneira que isso afeta os atletas. Pretende-se identificar se estar dentro de um padrão definido socialmente contribui para a escolha da atividade física em questão ou se o gosto por tal é suficiente para levar as pessoas a se tornarem atletas profissionais, mesmo não tendo as fisionomias tidas como necessárias – pelo senso comum – para ter uma alta performance. Sendo assim, tem-se como objetivo entender a relação existente entre o estereótipo de corpos e o esporte e, caso ela se prove real, como isso afeta os atletas.

O interesse da autora pelo assunto do presente trabalho se deu por conta do contato com o esporte na área da Psicologia durante a graduação, no curso da PUC-SP, ter sido muito escasso. No momento em que ela teria eletivas sobre o tema, foram canceladas pouco tempo antes do semestre iniciar, sem perspectiva de volta ou substituição.

Passando por períodos sem ter disciplinas sobre o assunto, em 2021 a autora encontrou materiais falando sobre o trabalho de psicólogas do esporte e como é uma área crescente no mundo e no próprio curso de Psicologia. Com isso, decidiu buscar estágios extracurriculares ao vínculo da universidade a fim de obter conhecimento na área, mas se deparou com a exigência de precisar de alguma experiência – cursos ou estágios – com relação a área da Psicologia do Esporte como pré-requisito. Dado o interesse da aluna focado na importância de sua atuação, bem como compor o assunto em seu currículo, colocou-se como objetivo realizar o trabalho de conclusão de curso nessa área relativamente recente da Psicologia, a fim de que ele ajude no futuro após a graduação.

A relação do esporte com o estereótipo de corpos foi o alvo da pesquisa por ser uma reflexão necessária, na visão da autora, visto que é algo que ocorre frequentemente com os esportistas. Tal tipo de estereótipo pode ser encontrado no momento de escolha do esporte, partindo de alguma característica física do atleta que, comumente, é colocada como vantagem para a realização do esporte em questão. Ao pesquisar na literatura, pouco se acha sobre o assunto, de modo que o presente tema do trabalho final do curso se mostra justificado considerando tanto a visão da estudante como também a carência de estudos nessa temática.

O primeiro capítulo tratará sobre a história da Psicologia do Esporte no Brasil e no mundo – uma área pouco explorada como possibilidade de trabalho para psicólogos e que foi regulamentada há pouco tempo, mas que traz diversas intervenções possíveis para o profissional trabalhar junto de equipes multiprofissionais.

O segundo capítulo explorará o que se entende neste estudo acerca do estereótipo de corpo e a relação deste com o esporte, bem como a problemática envolvida. Ele também conta com diversos exemplos de como o padrão corporal afeta os diferentes esportes, cada qual a sua maneira. Ainda, no final do capítulo, será contada a história de dois grandes nomes do vôlei brasileiro que são exemplos de exceções que deram certo: mesmo com alturas não compatíveis com o padrão do esporte, Serginho e Fabi obtiveram muito sucesso nas carreiras esportivas e contribuíram na obtenção de diversos prêmios e títulos para o Brasil.

## **1.1 Psicologia do Esporte**

A Psicologia do Esporte é a ciência que estuda o comportamento das pessoas em diversas fases da vida, em diferentes contextos e atribuições de sentido quando realizam atividades físicas esportivas. Ela pode ser definida como “o estudo científico de pessoas e seus comportamentos em atividades esportivas e físicas e na aplicação desse conhecimento” (WEINBERG; GOULD, 2008 apud SALOMÃO; OTTONI; BARREIRA, 2014). Essa ciência se encontra dentro da Psicologia e faz parte, também, das Ciências do Esporte, compreendendo as práticas esportivas de forma a considerar os aspectos sociais, culturais e financeiros que as influenciam (RUBIO, 1999).

O primeiro momento em que houve a associação da relevância da Psicologia para o esporte/atividades físicas foi em 1895 com o surgimento de pesquisas sobre o aspecto social da prática esportiva (DE ROSE JUNIOR, 1992). Neste contexto, no final da década de 1890, foi realizado um estudo com ciclistas a fim de observar a diferença entre o desempenho dos atletas que competiam sozinhos e com seus adversários lado a lado, trazendo o questionamento se o fato de se ter um competidor presente serviria de estímulo para um melhor rendimento dos atletas (VIEIRA *et al.*, 2010).

A partir da década de 1920 há estudos relacionando a Psicologia com o esporte no mundo. A literatura ressalta que Coleman Griffith foi o primeiro psicólogo a fundar um laboratório de pesquisa aplicada ao esporte nos Estados Unidos. Na mesma época, a antiga União Soviética também desenvolvia meios e técnicas a fim de ajudar os atletas em esportes individuais e coletivos, tendo construído dois laboratórios: um em Moscou e outro em Leningrado (RUBIO, 1999).

Coleman Griffith é considerado pai da Psicologia do Esporte haja vista suas contribuições na área (DE ROSE JUNIOR, 1992). Em 1918, conduziu um estudo com jogadores de futebol americano universitário a fim de observar como as habilidades

psicomotoras e da personalidade podiam estar relacionadas ao desempenho dos atletas. Dez anos depois, publicou dois livros “*Psychology of Coaching*” e “*Psychology of Sport*”, que falavam tanto sobre os conhecimentos que treinadores deveriam ter dentro das áreas de atletismo e Psicologia para obter sucesso, quanto do desenvolvimento de uma “moral”, conceito explicado pelo autor como um ambiente seguro para os atletas desenvolverem aspectos individuais dentro do esporte que praticam (DE ROSE JUNIOR, 1992). Além disso, foi o responsável pela criação dos testes de alerta mental, tempo de reação, coordenação muscular, capacidade de aprender, tensão e descontração muscular que ajudavam a melhorar o desempenho dos atletas (GILL, 1986 apud DE ROSE JUNIOR, 1992).

No Brasil, é possível inferir que a Psicologia do Esporte surgiu no contexto da Copa do Mundo de 1958, na Suécia, a partir do trabalho do professor João Carvalhaes (RUBIO, 2002). O profissional iniciou sua carreira no esporte no São Paulo Futebol Clube, tendo sido o primeiro psicólogo da equipe, cujo trabalho obteve reconhecimento a partir da conquista do título do Campeonato Paulista de 1957 (CRP-SP, 2014).

Após esse momento, foi contratado para a seleção brasileira de futebol naquela Copa, em que realizava testes de personalidade e psicodiagnóstico nos atletas, além de acompanhar os treinos e conversar com os jogadores. Seu trabalho era o de conhecer o jogador e ajudá-lo a ter uma melhor conduta, a fim de favorecer a sua performance no jogo. Em 1958, o Brasil, tendo o profissional em sua equipe, ganhou seu primeiro título de Copa do Mundo (CRP-SP, 2014).

Em 1967, o processo de aconselhamento individual bem como a técnica de sensibilização grupal, foram adotados pelos psicólogos do esporte – visto que o grupo só se torna vigoroso quando os membros trabalham com mais ardor, têm maior integração e chegam a acordos mais rapidamente (CRP-SP, 2014). O Brasil foi inserido nessa área da Psicologia, que, apesar de ainda estar se consolidando no resto do mundo, já se mostrava como uma vantagem para países como EUA e União Soviética. O investimento desses países na pesquisa científica dessa área garante-lhes, até hoje, notoriedade no conhecimento da Psicologia do Esporte (VIEIRA *et al.*, 2010). A vantagem destes países pode ser confirmada através dos jogos e campeonatos mundiais, como os Jogos Olímpicos, em que por diversas edições tiveram as seleções citadas como primeiro e segundo lugar no acúmulo de medalhas<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Disponível em: [https://cultura.uol.com.br/olimpiadas/noticias/2021/04/08/15\\_oito-paises-com-mais-medalhas-na-historia-dos-jogos-olimpicos.html](https://cultura.uol.com.br/olimpiadas/noticias/2021/04/08/15_oito-paises-com-mais-medalhas-na-historia-dos-jogos-olimpicos.html). Apesar de não ser um trabalho publicado é de amplo conhecimento que o site em questão reúne as informações a partir dos resultados das competições e dos órgãos competentes.



Entretanto, é importante ressaltar que as condições tanto para a Psicologia quanto para o esporte eram diferentes naquela época, sempre enfrentando muito preconceito, estigma e pouco prestígio. A atuação de psicólogos só foi consolidada como profissão em 1962 – e, especificamente, o psicólogo do esporte foi reconhecido pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) apenas em 2000 (VIEIRA; DO NASCIMENTO JÚNIOR; LOPES VIEIRA, 2013). Por ser uma área recentemente regulamentada, ainda não há um consenso sobre o trabalho do profissional, que pode variar desde aplicação de testes e avaliações psicológicas dos atletas até grupos de sensibilização.

Cristiano Barreira, presidente da Associação Brasileira de Psicologia do Esporte (ABRAPESP), aponta que as áreas em que o psicólogo do esporte trabalha incluem: projetos sociais, esportes de alto rendimento e categorias de base, nas quais acaba sendo mais aceito e procurado por diferentes clubes. Ainda, menciona sobre a resistência dos clubes e das equipes de dirigentes e técnicos para a aceitação e reconhecimento do trabalho do psicólogo do esporte. Ele argumenta que esses profissionais podem achar que o trabalho do psicólogo possa substituir os técnicos, quando, na realidade, é preciso que todos se organizem e atuem em conjunto, favorecendo a multidisciplinariedade (DIÁLOGOS, 2018).

De acordo com o Centro Olímpico Americano, em publicação de 1983, há três possíveis atuações para os psicólogos do esporte: a primeira seria a clínica – em que trabalhará com atletas individualmente ou em equipes e, para tal, é preciso que se tenha formação tanto em Psicologia quanto no Esporte. A segunda possibilidade de atuação seria como pesquisador – que estudará ou criará uma teoria dentro da área da Psicologia do Esporte, sem ser necessário ter, de fato, contato direto com os atletas. Finalmente, a terceira área de trabalho para os psicólogos do esporte é a educação, em que os profissionais desenvolvem a disciplina da área da Psicologia do Esporte na academia, na área psicológica ou na Educação Física (LESYK, 1998 apud RUBIO 1999).

## **1.2 Estereótipo de corpo e o esporte**

O corpo é visto como uma superfície onde se dão relações de poder, além de ser um fenômeno social, cultural e biológico, colocando-se como a ligação do homem com o mundo. Ele não é apenas um conjunto de órgãos, mas é o símbolo capaz de expressar as mais diversas vivências e formas culturais e, ainda que essa diversidade seja almejada e respeitada na sociedade em que vivemos, é exigido que o corpo mude a fim de que atenda padrões sociais ideais (GONÇALVES; AZEVEDO, 2007).

O estereótipo, significa “padrão estabelecido pelo senso comum e baseado na ausência de conhecimento sobre o assunto em questão” (ESTEREÓTIPO, 2020). Dentro das diferentes culturas é possível observar os mais diversos estereótipos, e, especialmente em relação à aparência física, o padrão imposto colabora com a naturalização de estigmas e com o pertencimento a determinados grupos sociais (GONÇALVES; AZEVEDO, 2007). Sendo assim, ao estar em um grupo, o indivíduo tende a se ajustar aos determinantes estabelecidos anteriormente por aquele, de forma que sempre irá se manter o ciclo vicioso do comportamento grupal.

Os estereótipos são estruturas usadas pelo indivíduo para auxiliar a percepção de informações do ambiente e precedem o uso da razão, ou seja, aplica-se determinado caráter ao elemento antes que este possa ser examinado racionalmente (BRUNELLI, 2016). Dentro da área da Psicologia Social, é possível inferir que os estereótipos são usados a fim de se adquirir conhecimento acerca de um indivíduo ou mais, visto que são ideias sobre um grupo social que expressam um imaginário socialmente cultivado. O caráter negativo dos estereótipos pode estar relacionado com a generalização do real, de forma a produzir uma visão padronizada e característica que favorece a emergência de preconceitos (BRUNELLI, 2016).

O esporte é um ambiente que não escapa das regras de convivência da sociedade, sendo também influenciado pelos estereótipos corporais. Um estudo feito em 2017 com bailarinas mostra que a magreza excessiva é colocada como objetivo corporal ideal na maioria das atletas, ainda que envolva um sacrifício, e a despeito de já ter sido relatada a falta de estudos científicos que afirmem a necessidade do biotipo magro como requisito essencial para a prática do esporte (SIMAS; GUIMARÃES, 2002; GONÇALVES *et al.*, 2017).

O resultado desse estudo mostrou que 73% das bailarinas entrevistadas apresentaram insatisfação em relação à sua silhueta, desejando diminuí-la ainda mais, mesmo que o Índice de Massa Corpórea (IMC) estivesse normal. Esses dados refletem que a preocupação com aparência física era mais importante do que estar saudável aos olhos da sua aparência corporal (GONÇALVES *et al.*, 2017). Em um estudo de caso feito por Novaes e Rossi (2018), os autores analisaram mulheres brasileiras que frequentavam uma aula de ginástica *Made in Brazil* (MIB) em Portugal, uma modalidade do esporte criada na academia em que o estudo foi feito, que consiste na realização de uma série de exercícios com objetivo principal de treinar os glúteos e as coxas, revelando, por meio da ginástica, o “segredo das mulheres brasileiras” (NOVAES; ROSSI, 2018, p. 7).

Segundo o relato das quatro participantes da pesquisa, a relação delas com as companheiras de esporte portuguesas era mínima, uma vez que essas se sentiam inseguras e

com a necessidade de competir com as brasileiras por conta da aparência, além do medo de que roubariam seus maridos por isso (NOVAES; ROSSI, 2018). Essa atitude das mulheres portuguesas aconteceu mais de uma vez e foi colocada em um espaço que não é conhecido pela competitividade – como geralmente são as ginásticas de academia –, e sim voltado para exaltar e alcançar a beleza brasileira. Considerando esse diferente cenário, ainda é possível observar como o estereótipo físico está implicado na relação das pessoas dentro e fora do esporte (NOVAES; ROSSI, 2018).

Segundo Camargo (2017), o preconceito e a relutância em mudar os padrões de estereótipos também estão presentes no esporte. O autor explora o fato de que, a partir de uma amostra de 60 atletas homossexuais profissionais, a maior parte deles escolheu esconder sua sexualidade por considerar o meio esportivo contrário às manifestações comportamentais que não reiteram o padrão heteronormativo. A mesma temática aparece em 2022, com o jogador Richarlyson do time de futebol São Paulo Futebol Clube que se assumiu bissexual e foi o primeiro futebolista jogador da Série A e da seleção brasileira a se declarar não heterossexual (LOPES, 2022). O atleta, em entrevista ao podcast “Nos armários dos Vestiários”, ainda comentou que, assim que desse essa declaração, os jornais no dia seguinte estariam todos com as manchetes explanando o fato, mas que a homofobia, que é a pauta importante, não mudaria em nada: “Infelizmente, o mundo não está preparado para ter essa discussão e lidar com naturalidade com isso”.

Ainda no tema do estereótipo no ambiente esportivo, há de se considerar também o fator racial em suas diferentes instâncias – torcida, jogadores, comissões técnicas, contratantes. Estudos sugerem que há diferenças entre brancos e negros no âmbito anatômico e fisiológico, mas que não justificariam a performance esportiva (HARRISON, 2001). Tais discussões inferem que a categorização de que um determinado grupo étnico tenha uma performance melhor ou pior em esportes específicos seja arbitrária e baseada no senso comum, portanto, sem acuracidade científica (ARANDA, 2016). Um outro estudo realizado com treinadores e estudantes de uma faculdade em Roma pretendeu observar se havia estereótipos étnicos ligados ao atletismo, basquete e natação (ARANDA, 2016). O resultado do trabalho constatou os estereótipos a partir do fato de que treinadores e estudantes condicionaram o sucesso dos atletas que foram melhores no esporte ao seu pertencimento “a um grupo étnico percebido como naturalmente superior”, desconsiderando o seu preparo físico e psicológico (ARANDA, 2016, p. 777). Assim, o autor infere pela existência de múltiplas facetas do estereótipo dentro do esporte.

Como já foi amplamente demonstrado, dentro de cada esporte é muito comum sua associação com um tipo de corpo específico, de forma a assumir que tal padrão facilitaria o melhor desempenho dos atletas à modalidade. Essa postura pode ser prejudicial a diversos esportes a medida em que não dá chances para jogadores fora do modelo tido como ideal. Isso pode ser observado, por exemplo, na trajetória esportiva de Sérgio Dutra Santos – mais conhecido como “Serginho” ou “Escadinha” – jogador de 1,84m tido como o melhor líbero da história do vôlei, mesmo com sua baixa altura para os padrões do esporte (ESPORTE NEWS, 2021).

O ex-jogador começou na posição de atacante, mas, como foi apontado pelos clubes em que jogou, não tinha futuro por conta de sua altura. Em 1998, a Federação Internacional de Voleibol (FIVB) regulamentou a posição de líbero, permitindo o crescimento da carreira de Serginho dentro do esporte, que nos anos seguintes conquistaria quatro medalhas olímpicas (duas de ouro – Atenas 2004 e Rio de Janeiro 2016; e duas de prata – Pequim 2008 e Londres 2012), dois títulos do Campeonato Mundial e sete Ligas Mundiais, além dos feitos pela seleção, ele ainda conta com diversos prêmios pelos clubes em que jogou. O atleta foi eleito o *MVP* (Melhor Jogador da Competição) após conquistar o ouro na Liga Mundial em 2009; esse prêmio nunca havia sido recebido por um líbero antes (COSTA, 2020).

Essa posição também foi a mina de ouro para outra grande atleta brasileira, Fabi Alvim, de 1,65m de altura. Ela afirma em entrevista ao Jornal Hoje em Dia que gostaria de agradecer “em nome de todos os baixinhos” à pessoa que criou a posição, visto que, caso contrário, não teria tido as oportunidades para se tornar jogadora profissional (ANDRÉ; MARTINS, 2018). Fabizinha, como era chamada pelas amigas de seleção, contribuiu e foi essencial para garantir a medalha de ouro em duas Olimpíadas (Pequim 2008 e Londres 2012), além de prêmios individuais e dezenas de títulos, não só pela seleção brasileira, mas também pelos clubes (GIL; RODRIGUES; AGRA, 2018).

Serginho e Fabi são exemplos de algumas exceções que tiveram grande sucesso no vôlei mesmo não estando nos padrões do esporte. A posição criada em 1998 foi fundamental para garantir ao país uma história de sucesso nas seleções, tanto masculina quanto feminina, a medida em que deu uma chance para grandes nomes que, provavelmente, seriam cortados pela busca de manter o estereótipo de alturas dentro do vôlei.

Segundo a literatura aqui apresentada, há uma relação entre o estereótipo de corpo e a performance no esporte, de modo que pode existir uma ligação destes fatores com o emocional e a saúde mental dos esportistas. Portanto, entender se o estereótipo – especialmente aqueles ligados ao corpo – dentro do esporte atinge os atletas ao ponto de ser um tema de sensibilização

psicológica, de forma a dificultar seu sucesso e perspectiva de crescimento dentro da área, se justifica como uma pesquisa científica.

Com isso em mente, esta pesquisa buscou entender a relação entre o estereótipo de corpos e o esporte, e como isso pode afetar as atletas, especificamente do vôlei. Partindo de a possibilidade do estereótipo de corpos ser algo que afeta as atletas, os objetivos específicos consistiram em buscar quais as consequências disso na escolha do esporte, no desempenho da atleta tanto em relação às outras competidores quanto a ela mesma, no prestígio ou na falta dele e na relação da atleta com a família e amigos.

## 2 MÉTODO

O estudo se desenvolveu como uma pesquisa de campo, descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa. A pesquisa de campo anseia buscar dados da população a partir da observação dos fatos. As pesquisas exploratórias buscam desenvolver e esclarecer conceitos e ideias, de forma a contribuírem para a criação de hipóteses para estudos posteriores. O método descritivo tem como objetivo descrever minuciosamente o objeto de estudo (MARCONI; LAKATOS, 2003).

### 2.1 Procedimento de coleta de dados

O estudo foi alocado no campo das pesquisas qualitativas. Essa abordagem tem como maior característica o uso da observação do meio como fonte de dados para análise e interpretação de fenômenos. O pesquisador qualitativo busca, a partir de um foco amplo e conhecimento geral, construir uma teoria baseando-se nos dados e abstrações destes a medida em que são analisados (GODOY, 1995).

A pesquisa buscou entender como o estereótipo de corpos dentro do esporte impacta as atletas, para isso, foram entrevistadas cinco jogadoras de vôlei de alto rendimento, maiores de 18 anos.

A legislação brasileira conceitua desporto de rendimento como sendo aquele praticado segundo normas e regras nacionais e internacionais, com a finalidade de obter resultados e integrar pessoas e comunidades do País e estas com outras nações. Dentro do conceito de desporto de rendimento, a legislação fez distinção entre o organizado nos moldes profissional e não-profissional [sic]. O modo profissional é caracterizado por remuneração pactuada por contrato de trabalho ou demais formas contratuais pertinentes. O “profissional” é considerado pela lei como aquele que se torna um empregado de uma entidade esportiva, com direitos e deveres de um empregado qualquer que se capacita para o desempenho de sua função. A legislação, ao tratar do desporto de rendimento praticado de forma não-profissional [sic], apresenta a questão da idade do atleta. O atleta não-profissional [sic] que pratica esporte de alto rendimento é aquele impossibilitado legalmente, por causa da idade, de assinar contrato de trabalho – não pode ter idade inferior a 14 nem superior a 18 anos. (COSTA, 2007, p. 41).

A participação foi voluntária e realizada apenas após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os Termos foram ser validados tanto pela assinatura digital da participante quanto a partir da impressão e digitalização do documento. O TCLE, pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2012) garante à participante da pesquisa o respeito aos seus direitos.

A entrevista semiestruturada contou com o apoio das seguintes perguntas disparadoras:

1. Dados gerais (nome, gênero, idade, altura, peso, tempo de prática do esporte, instituições onde praticou)
2. Quando começou a jogar e por quê? Alguém incentivou, sentimento próprio?
3. Você acha que existe um estereótipo de corpo dentro do vôlei? Se sim, qual? Você se considera dentro do padrão de corpo do esporte?
4. Dentro das instituições que esteve, como era sua relação com os outros jogadores? E com a equipe técnica?
5. Nos clubes, conviveu com pessoas que correspondiam ao estereótipo que você mencionou? Como era sua relação com elas? Como você via a relação delas com o time/equipe técnica em geral?
6. Nos clubes, conviveu com pessoas que não correspondiam ao estereótipo que você mencionou? Como era sua relação com elas? Como você via a relação delas com o time/equipe técnica em geral?
7. Um determinado tipo de corpo pode ser uma vantagem/desvantagem para os atletas? Essa vantagem/desvantagem pode ser contornada de alguma forma? Se sim, como?
8. Com relação a esse tema, gostaria de falar mais alguma coisa?

As entrevistas foram realizadas de forma remota, a fim de facilitar o contato com as atletas, que possivelmente morem em outro estado/país. A plataforma utilizada foi o Google Meet e as entrevistas foram gravadas, com som e imagem, para posterior transcrição.

Antes da entrevista ser feita, foram sanadas as dúvidas acerca do TCLE e explicitada a garantia de sigilo de nomes próprios e ressaltando que, se em qualquer momento a jogadora não quisesse mais participar da pesquisa, teria total direito, sendo os dados colhidos até então descartados. Além disso, se algum conteúdo sensível surgisse durante ou após o momento da entrevista, seria feito um acolhimento das questões trazidas e possível encaminhamento para atendimento clínico.

Assim como qualquer pesquisa com humanos, houve riscos envolvidos nessa pesquisa. Nesse caso, eles estariam ligados ao estado psicológico e emocional da atleta, a partir do contato com algum conteúdo sensível não elaborado. Para a realização da entrevista, buscou-se um ambiente acolhedor para minimizar os possíveis riscos de desconforto e houve a possibilidade de a jogadora não responder nenhuma pergunta que não se sentisse confortável. Tendo em vista que as entrevistas foram feitas de forma remota, houve também o risco de possível exposição de dados, pela limitação da pesquisadora de assegurar a confidencialidade do ambiente em que

a participante esteja, entretanto foram dadas instruções para que a atleta se resguardasse em um local sem outras pessoas durante o momento da entrevista.

Ainda assim, essa pesquisa e a escuta das atletas são importantes para contribuir com o estudo científico de variáveis dentro do esporte que podem impactar os atletas e influenciar suas decisões no ambiente esportivo. Considerou-se que o contato com esse assunto poderia ser benéfico à participante, uma vez que ao reconhecer esse possível impacto do estereótipo presente no esporte em si está ligado ao autoconhecimento da própria atleta.

## **2.2 Procedimento de análise de dados**

O processo de análise de dados foi feito a partir da análise dos núcleos de significação, elaborada por Aguiar e Ozella (2006, 2013). Esse método tem como objetivo subsidiar a pesquisadora, considerando a perspectiva sócio-histórica, para o processo de apreensão de significações – “dialética que configura a relação entre sentidos e significados constituídos pelo sujeito frente à realidade na qual atua” (AGUIAR; SOARES; MACHADO, 2015, p.59) – dos sujeitos a partir do contato com a sua realidade. As pesquisas com esse método são importantes por conta da possibilidade de o pesquisador passar da aparência das palavras (significados) para a dimensão concreta (sentidos) a partir da análise das relações do sujeito. (AGUIAR; SOARES; MACHADO, 2015).

Para Vigotski (2001), os significados são a unidade construtiva da contradição entre pensamento e linguagem, eles não se reduzem à linguística e possuem mais conteúdo dentro de si do que se aparenta. Por isso, há a necessidade de um método científico que apreenda e explique as mediações dentro dos significados que determinam as suas relações com os sentidos (AGUIAR; SOARES; MACHADO, 2015).

Segundo Aguiar e Ozella (2006), o procedimento para uma pesquisa construída a partir da análise de núcleos de significação conta com três etapas: levantamento de pré-indicadores, processo de articulação e sistematização dos núcleos de significação.

Um primeiro esboço de análise começou já durante a entrevista, isto é, a pesquisadora se atentou em palavras ou expressões que se destacaram no contexto em que foram inseridas, considerando este sendo tanto a fala do sujeito como as condições sociais que o circundam. Após transcrever o material gravado na parte prática, iniciou-se o processo de leituras flutuantes para se apropriar do conteúdo que havia e organizar os pré-indicadores, que depois foram transformados nos núcleos de significação. Os temas que surgiram foram categorizados e ordenados por importância e frequência de acordo com o objetivo central da investigação.



As leituras seguintes foram feitas a fim de aglutinar os pré-indicadores em grupos, alcançando os núcleos de significação, junção que ocorreu considerando a semelhança, complementariedade ou a contraposição entre os temas e consistiu na segunda fase do método: o processo de articulação (AGUIAR; OZELLA, 2006). Esse momento é importante para verificar as mudanças que ocorrem na análise dos sentidos e significados, que permite a associação entre o conteúdo aparente com as condições sociais e históricas do contexto do sujeito.

A terceira fase dá início ao processo interpretativo tanto dos assuntos dentro dos núcleos, quanto da relação entre os diferentes núcleos. As contradições que apareceram a partir da análise da pesquisadora não ficaram restritas à fala dos participantes, essas foram articuladas com o contexto social, político e econômico a fim de entendê-lo em sua totalidade. A partir da fala das participantes, no plano exterior, e do caminho que se segue para o interior, surgem os sentidos (VIGOSTKI, 1998). A articulação dos núcleos entre si e com o contexto resultaram no surgimento de uma nova realidade, dotada de complexidade e contradições e que revela a constituição dos sentidos (AGUIAR; OZELLA, 2006).

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

#### 3.1 Caracterização das entrevistadas

As atletas entrevistadas são todas jogadoras de alto rendimento de voleibol de quadra<sup>2</sup>. Das cinco, três (Joana, Miriam e Cibele) ainda jogam em clubes profissionais; Lara não pratica mais o esporte há um ano do período das entrevistas, e Kátia encerrou suas atividades no alto rendimento há mais de dez anos, mas ainda joga de vez em quando em jogos master.

Joana, de 34 anos, é a jogadora mais alta das cinco entrevistadas, com 1,90m. Ela pratica voleibol desde os 18 anos, participou de diferentes clubes nacionais e internacionais (maior número de clubes entre as entrevistadas), já foi convocada para a seleção brasileira e hoje em dia joga em um time estrangeiro. Joana atua nas posições de ponta e saída de rede e, em um primeiro momento, afirmou que não há um estereótipo de corpo no vôlei, por terem atletas que estão acima do peso considerado socialmente como referência de magreza e/ou possuem menor estatura. No entanto, logo reitera que ser alta ajuda na prática do esporte, uma vez que as jogadoras mais baixas precisarão compensar a “falta” de altura, seja no salto, na habilidade ou na inteligência dentro de quadra.

Lara é uma levantadora de 23 anos, com 1,83m de altura e 93kg. Ela pratica desde a infância, muito por incentivo da família, pois parentes muito próximos também jogaram esportes coletivos em diferentes contextos. Os pais apresentaram à sua irmã o voleibol, e Lara também se interessou, de modo que começou a treinar. A atleta afirma que não se considera gorda, uma vez que, por ser alta, seu peso se distribui pelo corpo. Entretanto dentro do esporte sempre foi considerada assim por comissões técnicas. Profissionalmente, Lara jogou em dois clubes e já foi convocada pela seleção brasileira.

Miriam tem 27 anos e passou por vários clubes desde que começou a jogar voleibol no alto rendimento. Sua motivação para adentrar nesse esporte ocorreu a partir do incentivo de parente próxima, que era professora e que, a partir do grande crescimento de estatura de Miriam, encorajou-a a praticar após as aulas. A atleta atua nas posições de oposta e central e durante a entrevista comenta que se considera acima de seu peso ideal, mas que, a despeito disso, é uma das maiores pontuadoras da Superliga – campeonato que estava jogando no momento.

---

<sup>2</sup> Como forma de garantir o sigilo, todas as informações que permitiriam a identificação das entrevistadas foram omitidas. Por se tratar de pessoas públicas, com eventual projeção midiática, também não serão apresentadas informações com relação à trajetória no esporte, como nomes e quantidade de times em que jogaram, detalhamento de sua vida familiar e/ou pessoal, bem como quaisquer outras indicações que violem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado. Cumpre explicitar, também, que seus nomes foram alterados.

Das cinco entrevistadas, Kátia é a jogadora mais velha, com 51 anos. Ela jogou profissionalmente durante mais de duas décadas anos e afirma que se aposentou porque seu corpo não aguentava mais a quantidade e intensidade dos treinos. Durante esse tempo, Kátia passou em diversos clubes e em diferentes países, tendo atuado na seleção brasileira, nas posições oposta e central. Na entrevista, a atleta sempre reiterou que muitas coisas mudaram desde que parou de jogar e que antes o estereótipo de que apenas mulheres altas e magras podiam praticar o vôlei era mais recorrente. No entanto, ela entende que, hoje em dia, a partir das mudanças nos treinamentos e na especificidade, as oportunidades estão presentes para todos.

Por fim, Cibele, de 30 anos, levantadora, é a mais baixa (1,78m) e a mais leve (68 kg) de todas as entrevistadas. Ela participou de diferentes clubes e pratica voleibol desde a infância, tendo começado a jogar em razão do incentivo familiar, pois seu pai trabalha na área. Cibele foi a única atleta entrevistada que comentou sobre a diferença da cobrança entre o estereótipo de corpo em mulheres e em homens.

Quadro 3.1.1  
Caracterização das entrevistadas

Nome*	Idade	Altura	Peso	Posição
Joana	34 anos	1,90 m	70 kg	Ponta/Saída
Lara	23 anos	1,83 m	93 kg	Levantadora
Miriam	27 anos	1,87 m	86 kg	Oposta/Central
Kátia	51 anos	1,87m	96 kg (76 kg quando jogava)	Oposta/Central
Cibele	30 anos	1,78m	68 kg	Levantadora

Fonte: Própria. \*Nomes fictícios a fim de preservar a confidencialidade das entrevistadas

### 3.2 Análise dos dados

O voleibol (ou vôlei) foi criado nos Estados Unidos no final do século XIX por um educador físico da Associação Cristã de Moços (ACM), William Morgan. Na década de 1910, o vôlei, que já estava se expandindo para a Europa, Ásia e América Latina, foi regulamentado, aprimorando referências como a altura da rede e quantidade de jogadores em quadra, fatores que permanecem até hoje. No Brasil, o esporte se desenvolveu de forma significativa, chegando a ser, a partir da década de 1960, um dos principais esportes praticados no país. Em 1977, houve grande destaque de jogadores tanto da equipe feminina quanto da masculina, de forma que os atletas eram chamados para jogar em países que tinham equipes mais desenvolvidas (PRIESS; GONÇALVES; SANTOS, 2019).

Com base em Aguiar e Ozella (2006; 2013) foram elaborados núcleos de significação, que permitiram a análise das entrevistas realizadas a partir de uma perspectiva crítica e contextualizada. Não se pretendeu esgotar os temas contidos na sistematização realizada, mas antes possibilitar a abertura da discussão das temáticas envolvidas no voleibol feminino de alto rendimento. Considerando a complexidade do tema, entendeu-se que o conteúdo depreendido das entrevistas gira em torno de eixos específicos, que dizem respeito às posições ocupadas em quadra, bem como ao corpo das atletas, núcleos que se imbricam e condicionam as experiências narradas pelas atletas.

Quando se foca nas posições, nota-se que a altura, o peso e a pressão estética são fatores determinantes, tendo sido reiteradamente trazida a função de líbero, que foge ao padrão estético longilíneo que ainda persiste no voleibol de alto rendimento. Entendeu-se que o corpo das atletas, ainda que desempenhem a função solicitada com qualidade e destreza, não pode fugir de um modelo esperado que não necessariamente tem influência no desempenho, ou seja, ainda é cobrado das atletas que se enquadrem em um padrão externo à função, remontando ideais sociais de beleza que não correspondem à diversidade de corpos da sociedade brasileira, o que foi trazido de diversas maneiras ao longo das entrevistas. Ainda que essa pressão estética seja cobrada por parte principalmente da comissão técnica, o discurso é reproduzido pelas próprias atletas. Ainda assim, reconhecem que, de uma certa forma, não há nada de errado com seus corpos, ficando evidente certo conflito e resistência em relação a esse padrão e sua imposição. Os trechos abaixo evidenciam e problematizam essas questões, explicitando o sofrimento psíquico envolvido no voleibol feminino de alto rendimento.

### 3.2.1 Posições do voleibol

O vôlei de quadra se fundamenta a partir de seis movimentos – saque, recepção, levantamento, ataque, bloqueio e defesa (OLIVEIRA, 2007). Em jogos de alto rendimento, o sistema de rodízio utilizado é o 5x1, em que cinco atacantes e um levantador revezam nas posições em quadra, sua vantagem está no alto grau de especialização, de forma que haja uma sincronia maior nas jogadas de ataque. Os atacantes são divididos em dois ponteiros, um oposto e dois centrais (MACIEL, 2011). Tal rodízio permite também a possibilidade de incluir a posição de líbero no lugar de um dos atacantes – geralmente o central, por este não ser tão especializado em defesas – a fim de realizar uma recepção mais bem elaborada de forma que possibilite a volta da posse de bola para o time. Como já mencionado, a posição de líbero foi

regulamentada em 1998 pela FIVB e possibilitou a revelação de grandes voleibolistas da história brasileira, como Serginho Escadinha e Fabi Alvim (MARQUES JUNIOR, 2015).

Os levantadores são atletas que precisam ter uma visão de jogo mais apurada, de forma a liderar a equipe e pensar jogadas que vão favorecer as habilidades ofensivas de seu time (MACIEL, 2011). Rizola Neto (2003) coloca que as boas levantadoras devem se atentar às características tanto de seu time quanto do adversário e que cabe aos atletas dessa posição a eficiência e imprevisibilidade de uma jogada, bem como a precisão dos movimentos, para garantir um bom desempenho durante o jogo.

O atacante oposto está sempre na posição contrária à do levantador, se este está na posição 1, o outro estará na posição 4. Esse atleta atua nas extremidades da quadra e é especializado em ataques, de forma que no sistema de rodízio 5x1 é considerado que ele consolide o maior número de jogadas (MACIEL, 2011). Os centrais são os principais responsáveis pelo fundamento do bloqueio, por atuarem, como o nome diz, no centro da rede e quadra. São atletas que se utilizam de movimentos rápidos e efetivos, portanto precisam antecipar as jogadas e os deslocamentos a partir das informações imediatas em cada ponto. (MACIEL, 2011; RIZOLA NETO, 2003). Segundo Marques Junior (2015), os jogadores centrais são os de maior estatura nas equipes.

Por fim, os ponteiros participam tanto da recepção de bola quanto dos movimentos de ataque, geralmente são dois por equipe dentro de quadra, que ficam um oposto ao outro de forma a cumprir com as duas funções na jogada. Nota-se que há uma tendência de que o saque seja dirigido aos ponteiros, uma vez que o jogador líbero é especializado em defesas, portanto é necessário o treinamento para que a recepção seja efetiva e promova uma jogada que garantirá o ponto (MACIEL, 2011).

Sendo assim, cada posição possui um predomínio de ações específicas e, portanto, os atletas de alto rendimento têm um treinamento voltado ao aperfeiçoamento de tais fundamentos. Nas entrevistas realizadas, as características corporais aparecem como benefício e dificuldade para algumas posições, por exemplo quando a jogadora Joana comenta sobre uma atleta fora dos padrões e diz não ser um problema para a posição de líbero, mas o corpo em questão não seria bom para a função de atacante, uma vez que há muitos saltos. A mesma atleta é referenciada por Cibele, que indica a falta de necessidade de saltos para a posição como uma ajuda para o desempenho da jogadora, tanto na seleção quanto em clubes, mesmo estando fora do padrão corporal do voleibol.

Joguei com uma menina, ela chama [nome omitido], ela deve pesar mais de 100 kg, ela é baixinha e gordinha sabe? [...] Eu acho que isso não quer dizer

nada, isso para a função dela de líbero, que fica ali no chão, mas talvez para quem tá saltando o tempo todo não seja bom. (Joana)

Acredito que hoje em dia existe uma... as portas estão mais abertas para essas atletas, inclusive tem uma líbero né, a [nome omitido, mesma citada por Joana acima], não sei se você já ouviu falar, que sempre esteve bastante acima do peso, desse estereótipo do corpo para o voleibol e ela joga muita bola, super habilidosa, foi para a seleção por anos, foi titular né, joga nos principais clubes do país há muito tempo, então ela foi alguém que quebrou essa barreira e que está aí até hoje jogando né. Claro, tem problemas físicos, mas por ela ser líbero, não tem muita questão de salto, eu acho que ajuda um pouco ela. (Cibele)

Além das jogadoras entrevistadas enxergarem na posição de líbero a possibilidade de incluir no vôlei pessoas que fujam, de certa forma, do estereótipo de corpo longilíneo e magro, é possível perceber esse padrão em jogadoras atacantes. Como pontuado por Cibele, a altura dos saltos das atacantes é maior e eles precisam ser mais potentes, então a altura ajuda. Ademais, as próprias participantes estão dentro dessa lógica, das cinco entrevistadas, três são atacantes, uma ponta e duas centrais/opostas, e são as mais altas, como indicado no Quadro 3.1.1.

Em seu estudo, Marques Junior (2015) elaborou uma tabela, reproduzida, que indica a média da estatura dos voleibolistas de alto rendimento, dividida por posições. A posição de líbero contém a média mais baixa (1,69m a 1,80m no feminino), seguida pelas levantadoras (1,73m a 1,82m no feminino). Segundo Cibele, as últimas também saltam bastante durante um jogo, mas pela altura do salto ser menor, é possível implicar a partir de sua fala que a estatura da atleta desta posição não precisa ser muito grande, uma vez que o movimento não exige: “A gente, levantadora, também salta bastante, mas são... a gente diz saltitos, são saltos menores, é uma quantidade maior de salto, mas a altura do salto é um pouco menor” (Cibele). Essa implicação é reiterada a partir da Tabela 3.2.3.

Tabela 3.2.1. Estatura do Voleibolista de Alto Rendimento

Posição	Estatura (metros)	
	Masculino	Feminino
Levantador	1,80 – 1,91	1,73 – 1,82
Oposto	1,95 – 2,11	1,85 – 1,90
Central	1,97 – 2,15	1,87 – 2,00
Ponta	1,90 – 2,00	1,79 – 1,88
Líbero	1,80 – 1,90	1,69 – 1,80

Fonte: Marques Junior (2015)

### 3.2.2 A posição de líbero

Desde seu início, o vôlei sofre mudanças e aprimoramentos que permitem que o Brasil e o mundo expandam e desenvolvam o esporte. Segundo Rizola Neto (2003), o voleibol é o esporte que mais mudou suas regras a fim de se adaptar aos novos tempos e tipos de treinamentos. Nas entrevistas realizadas, principalmente entre as jogadoras mais velhas, foi bastante comentado quanto a algumas diferenças nos treinamentos e times, em parte, por exemplo, a partir de mudanças nas regras. Kátia, diante o questionamento de se há algum estereótipo de corpo específico do vôlei, coloca a criação da posição de líbero como condição para jogadoras fora do estereótipo padrão (“baixinhas”) jogarem.

Olha o vôlei é bem diversificado, mas obviamente as mais altas, as mais longilíneas acabam se sobressaindo nas demais..., mas hoje tem a possibilidade das baixinhas também né, depois da invenção do líbero, as pequenininhas que não podiam mais jogar tiveram essa possibilidade. Então o voleibol, vou te dizer que é bem diversificado mesmo, já teve um estereótipo antes, de altura... e hoje isso... claro, altura sempre faz diferença, mas hoje tem as que utilizam a velocidade, as baixinhas usam agilidade né, porque cada uma se especifica cada vez mais na posição que joga. (Kátia)

Em outro momento, Kátia dá exemplos práticos dessa questão:

A [nome omitido] é um exemplo disso, ela fala que tem 1,69m, mas acho que é 1,67m, eu sou muito amiga dela... e que futuro ela teria no vôlei se essa característica de jogo não mudasse né? Provavelmente nenhuma, porque não tem como uma menina de 1,67m jogar contra uma russa que tem 2,00m, 2,02m, é inviável. (Kátia)

A posição de líbero foi regulamentada na década de 1990, pela FIVB, uma vez que o sistema de pontuação foi alterado e houve necessidade de explorar melhor a recepção e defesa para evitar que o erro fosse revertido de forma a beneficiar o time adversário (MONTIEL *et al.*, 2013).

Ainda sobre mudanças, as jogadoras entrevistadas trouxeram em diversos momentos o contraponto de como eram as condições de treinamento, exemplos disso estão na fala de Kátia, rememorando a época em que jogava profissionalmente, e de Cibele, quando estava nas categorias de base. A variabilidade de exercícios foi o principal fator mencionado, conforme uma delas aponta abaixo:

Antigamente, a preparação física, por exemplo, não era diversificada como é hoje, específica para cada biotipo, para cada posição. Antigamente, todo mundo fazia tudo né, o alto o baixo, o gordo, o magro, todo mundo tinha que correr 30 minutos, todo mundo tinha que subir escada, todo mundo fazia tudo igual. Hoje não, hoje cada condição tem um treinamento diferente, cada

posição tem um treinamento diferente, então na minha época já existia essa diversificação de mais alta e de mais baixa, mas o treinamento era muito igual, então eu acho que isso acabou selecionando mais certas jogadoras do que outras, o que hoje eu vejo que é diferente, hoje a oportunidade é maior para todos pela condição de treinamento que é bem específica para cada característica, tanto física quanto técnica e de posição (Kátia)

Rizola Neto (2003) afirma que os treinadores devem considerar as individualidades de cada atleta no treinamento para aprimorar suas qualidades. O mesmo autor, ao citar Fiedler (1976, p. 178), ressalta que o treinamento esportivo é um “processo de preparação altamente qualificado dos atletas, dirigido a alcançar grandes rendimentos na competição”. Portanto, a mudança nos treinos que Kátia explicita na entrevista se mostra como uma maior vantagem, tanto para as atletas quanto para a comissão técnica, uma vez que o treinamento mais específico considerando as particularidades de cada jogadora está diretamente relacionado a um melhor desempenho individual e coletivo nos campeonatos. Segundo Rizola Neto (2003, p. 29): “no caso do voleibol, desporto coletivo, a atenção no processo de treinamento é com a evolução dos resultados de uma forma individual, buscando dentro da individualização uma forma homogênea no grupo”.

Adentrando no tópico de estereótipo de corpo, mas ainda considerando o contraponto existente entre os dias atuais e o passado, Cibele narra uma situação que aconteceu em um dos times que jogou:

Eu tive um clube, que foi um dos primeiros que eu joguei, que tinha uma punição... eu era bem nova ainda era da base, mas o jogava no adulto e a maioria do time eram de meninas novas, jovens. Eu lembro que a gente fazia essa pesagem e quem aumentasse, nem que fosse 100g, mesmo se seu percentual estava ok, mas na balança aumentasse 100g a gente tinha que ficar correndo no ginásio tipo dependendo de quanto aumentava, a cada tantas gramas era meia hora, tinha mina que chegou a correr uma hora e meia. Eu lembro que eu corri uma vez meia hora, mas eu lembro de meninas ficarem correndo uma hora e meia por conta de 500g, 600g de um fim de semana, que com o tempo a gente foi entendendo que às vezes esse peso na balança do fim de semana não era nem de gordura né, na época a gente achava que era porque não tinha esse conhecimento. Mas conversando, pesquisando, os nutricionistas dizem que às vezes é uma retenção de líquido né uma questão hormonal da mulher né, da menstruação, do período menstrual, então deixa a gente mais “p da vida” com essa punição. Eu acho que hoje em dia não existe mais, isso foi coisa de uns dez anos atrás, hoje eu vejo que não existe mais esse tipo de cobrança com punição como teve na minha época, eu acho que tem se tratado disso de uma forma diferente já (Cibele).

O contexto da fala acima se dá a partir de uma pesagem realizada toda segunda-feira que seria comparada com a da sexta-feira anterior. Como explicitado, esse tipo de “punição”, a



partir de uma cobrança de gramas ganhados em um final de semana, não é mais utilizado. Hoje em dia, o trabalho multidisciplinar dentro do esporte está cada vez mais presente, a fim de se aproveitar ao máximo o conhecimento que cada área pode oferecer em benefício dos atletas. A sistematização do treinamento, evolução tática pessoal e da equipe, evolução física, cuidados com qualidade de vida, saúde e equilíbrio emocional são pontos que devem orientar o treinamento moderno (RIZOLA NETO, 2003).

Entretanto, apesar de Cibele contar que este tipo de acontecimento não ocorre atualmente, não é possível dizer que situações do mesmo âmbito, de punição por ganho de gordura, ou mesmo um padrão diferente, deixaram de existir completamente. Nas entrevistas, isso surge como uma cobrança à pressão estética (a ser trabalhada adiante), vinda em sua maior parte pela comissão técnica, mas também pelo esporte no geral:

Eu fui uma vez para a seleção brasileira e eu lembro que a gente fez uma viagem e tinha, sei lá, eu e mais duas pessoas que eram mais acima do peso que a média do time, e eu lembro que uma dessas meninas tomou um esculacho do técnico, na frente de todo mundo, porque ela comeu o tipo de pão errado, sabe, um negócio assim muito surreal. (Lara)

Eu não me considero uma pessoa gorda porque eu acho que meu corpo é bem padrão na verdade. Como eu sou alta, apesar de eu ser pesada, distribui, então não fica uma... não me considero gorda, mas no esporte eu sempre fui. Sempre tive que emagrecer porque o alto rendimento pede que você tenha um outro tipo de biofísico, né, biotipo. (Lara)

### 3.2.3 A pressão estética dentro do esporte

O esporte é valorizado pela sociedade desde os tempos da Grécia Antiga, em que o alto desempenho atlético era incentivado e enaltecido (COELHO, 2021). Para além disso, tal prática era vinculada a purificação da alma que seria obtida através do corpo perfeito e belo (RUBIO, 2002 apud COELHO, 2021). A influência da antiguidade perdura até os dias atuais, uma vez que a valorização dos corpos ainda existe a ponto de que a sociedade contribui com forte pressão na estética, especialmente acima do corpo feminino, que, em resumo deve ser magro para ser o ideal (DAMASCENO *et al.*, 2005).

Esse pensamento social corrobora as atitudes e falas também no contexto do voleibol. Além das colocações supracitadas de Lara, surgiram nas entrevistas outros exemplos de uma pressão puramente estética dentro do esporte:

Eu, por exemplo, já passei por situações, eu tenho um biotipo de ter perna né, eu tenho perna grossa, quadril, sou mais fininha em cima, mas eu sempre tive perna, quadril e bunda. Então, quando era mais novinha, às vezes eu estava num percentual ok, a gente sempre faz avaliações, e tava em um percentual

bom, até melhor que das meninas, mas podia ser um pouco mais baixa... e ter a perna grossa olhando visualmente, para o técnico não estava bom para ele, o meu corpo. E por eu pedir um short G e as meninas tinham pernas finas né eram mais longilíneas e elas usavam shorts P ou M, eu lembro, ficou muito marcado para mim, uma vez na base, de ele ficar bravo porque eu pedi shorts G, que eu tinha que correr atrás porque eu tinha que diminuir o tamanho dos meus shorts e na mesma semana a gente fez a avaliação de percentual e meu percentual era o menor do grupo, eu tinha um percentual mais baixo. (Cibele)

Nesse caso, a cobrança vinda do técnico baseava-se em um estereótipo e em uma imposição apenas estética, uma vez que o fato de Cibele ter pernas mais grossas não a impedia de realizar os movimentos necessários para o voleibol – visto que isso não foi pautado na fala do treinador – e, ainda, ela apresentava os menores percentuais de gordura do grupo todo, mesmo que seu corpo fosse maior e necessitasse de uma roupa de tamanho adequado.

As situações acima ocorreram em times brasileiros, com comissões técnicas, em sua maioria, também do Brasil, porém, esse tipo de pensamento não é exclusivo do país, como contado por Miriam quando jogou em país estrangeiro:

Tinha várias meninas do meu time que tinha esse estereótipo de magrinha, só que não eram fortes como eu, não que eu era acima do peso de gorda, eu era... eu sou forte... Esqueleticamente, não sei, enfim, e daí chegou em dezembro e eu estava com cinco quilos a mais que era do meu peso que eu tinha chego lá né, eu tinha chego com 80 e tava com 85 já, e o meu técnico começou a falar “Miriam, se você não emagrecer a gente vai tirar do teu salário”. E aí eu comecei a engordar ainda mais porque não adiantava eu comer bem, era alguma coisa que já estava ali na minha cabeça, então eu tava sozinha, não conseguia me ajudar em nada, mesmo eu comendo bem eu não conseguia emagrecer. Enfim, saí [de lá] e voltei para cá, acho que foi em abril, por aí, eles ainda tinha um tanto para me pagar e aí eles deram a desculpa que eu tive que... lá tem calefação, dentro do quarto, do apartamento, e eles falaram que deu [algo em torno de R\$ 5 mil reais, na cotação atual] de calefação a mais do meu apartamento... não é possível, mas enfim, tudo bem, daí eles acabaram não me pagando e foi isso. (Miriam)

A atleta anteriormente havia comentado sobre estar em depressão durante o período em que jogou naquele país. Para além de todos os sintomas dessa doença, junto do sentimento de solidão e desamparo por estar inserida em uma cultura totalmente desconhecida e diferente da que estava acostumada, Miriam ainda precisou lidar com a angústia do possível desconto do pagamento por uma questão estética, visto que mais uma vez o desempenho dentro de quadra da voleibolista não foi colocado em questão, mas sim apenas o visual de seu corpo.

Todos esses casos implicam a existência de um estereótipo de corpo dentro do vôlei que diz respeito ao peso das atletas. São poucas as jogadoras que estão acima do considerado peso ideal e, mesmo assim, conseguem destaque e presença nos clubes de maior renome. As que

estão, precisam lutar pelo espaço que conquistaram, como no caso em que Joana conta de uma colega de time que, segundo ela, pesa mais de 100kg e precisa treinar muito para se manter nos padrões do time:

Ela era titular só que eles cobravam muito... isso foi na época de [nome de uma cidade], né. Na época que eu trabalhei com ela foi em [nome de uma cidade] e eu nunca tive todo o suporte igual ali, era nutricionista conosco toda a parte do treinamento, preparando alimentação, as frutas, suplementos, tudo ali. E pra ela foi difícil nesse período, porque eles ficavam em cima dela pra ela emagrecer, então ela passava fome, até para render mais, né, ficar mais rápida. (Joana)

Além disso, falando da mesma atleta, Joana pontua que “ela é baixinha e gordinha, sabe? Então pro vôlei, pro esporte, só ver, o corpo dela não é bom e ela é ótima, é uma ótima jogadora”. A voleibolista em questão tem 1,68m e pesa 81 kg, conforme apurado posteriormente, portanto, é possível inferir que existe um estereótipo enraizado nas próprias colegas de time, uma vez que não é apenas a comissão técnica que coloca uma importância maior na aparência da atleta, ainda que haja o reconhecimento do jogo técnico por parte das outras jogadoras. Reitera Lara, a partir de questionamento, se existe um estereótipo de corpo dentro do vôlei:

[...] a questão de ser magro, ser forte também, com certeza influencia muito, tanto que são pouquíssimas atletas gordas que você vê jogando hoje em dia né. Mas com certeza tem, os clubes que eu jogava sempre pediam pra emagrecer, sempre tinha uma nutricionista, trabalho extra de parte física pra isso, então... com certeza. (Lara)

Apesar de existirem casos, como o anteriormente relatado, de atletas que superaram o padrão e conquistam espaços dentro de quadra, fica explicitado nas reiteradas colocações que se trata de exceções. Lara, uma mulher que se considera dentro do padrão estético social, mas fora do estereótipo do esporte, ainda afirma que o estar acima do peso profissionalmente esperado nem sempre irá fechar as portas do esporte para as atletas, mas pode ser um fator com influência na possibilidade de novas oportunidades, isto é:

se você tem duas atletas que tem o mesmo nível tático e técnico, mas uma tá acima do peso, eles vão dar preferência pra que não está. Mas se você, tipo, eu fui da seleção brasileira e eu era acima do peso, então se você é boa e se destaca entre outras pessoas, eles vão te chamar mesmo assim. Mas é um fator de diferenciação, de escolha, então influencia sim. (Lara)

Na entrevista dessa mesma atleta, surgiu também a questão da influência que a lógica de cobrança de um padrão dentro do esporte em sua vida social, mesmo depois que saiu desse

contexto. E tal lógica só é percebida como errada e pertencente a um nicho específico a partir do atendimento terapêutico:

[...] era um ambiente bem ruim na verdade, mas uma coisa que eu fui perceber depois que eu parei de jogar, fazendo terapia e tudo, é que essa coisa do esporte me influenciou muito até hoje. Então, até hoje eu olho, me comparo com atletas, sendo que eu não sou mais atleta, sabe? O que mais mudou para mim é que eu passei mais tempo dentro do esporte do que fora dele, então eu me vejo ainda como alguém que tem que tá em forma, tem que conseguir correr 5 quilômetros, sabe... e, cara, tá tudo bem se não conseguir. Então pra mim eu acho que durante os anos de vôlei sempre foi muito difícil realmente essa coisa do peso, do corpo, que eles queriam que a gente tivesse, mas eu acho que a maior influência tá sendo agora que eu parei de jogar, por que tá refletindo muito. O esporte a gente sempre fala “ai, traz muita coisa boa” e tal, mas como eu jogo desde muito pequena eu tô reparando em várias coisas agora que não era pra ter acontecido, sempre fui muito regrada com horário, hoje em dia se eu tenho um tempo livre eu não sei o que fazer, fico perdida não sei o que fazer, então tá sendo muito louco, redescobrir a minha vida pós o esporte. (Lara)

Para além do estereótipo de magreza dentro do esporte, outro conteúdo frequente nas entrevistas foi a presença de um padrão no voleibol acerca da altura das atletas. Em duas falas de jogadoras entrevistadas apareceu a questão da entrada no vôlei se dar diretamente por sua altura. No caso de Miriam, foi por conta de uma familiar incentivar:

Então eu sempre jogava vôlei, handebol, futsal, sempre fazia alguma coisa, tava fazendo alguma coisa..., mas eu acho que foi mais a minha [grau de parentesco familiar] que ela era professora de [disciplina e local] e daí ela, como eu comecei a crescer muito, ela falou assim “Miriam faz vôlei, começa aí nas aulas à tarde”, tudo mais, comecei a gostar, fui, aí teve um teve jogos escolares, eu me destaquei [...]. (Miriam)

Outra situação foi a relatada por Kátia, que retrata como o estereótipo presente pode interferir na maneira em que as oportunidades se dão para cada possível futuro atleta:

Eu gostava de vôlei, achava que sabia jogar, mas não sabia nada né... só que eu tinha 13 anos eu tinha quase a altura que eu tenho hoje, era muito acima da altura das meninas da minha idade e eu era sócia do clube [nome de um clube], onde eu conheci a [nome de uma colega]. E a minha professora de educação física do colégio falou, “ah, porque você não vai fazer um teste em um clube, você é alta e gosta” e tal, e foi o que eu fiz eu fui ao [clube] me informar quando tinha teste e acabei passando pela minha altura, porque tinham meninas bem melhores do que eu na época, só que eram todas baixinhas e eu acabei ficando pela altura e foi assim que eu comecei. (Kátia)

A estatura aparece como um fator essencial para as atletas de vôlei, elas afirmam que “ser alta sempre faz diferença” (Kátia) e, segundo Lara, há uma prioridade por parte da

comissão técnica de escolher jogadoras maiores uma vez que “*é bom para o esporte*”. Esses pontos são reiterados por pesquisas como a de Cabral *et al.* (2011) que indicam que a estatura para voleibolistas é um fator importante, uma vez que influencia na altura máxima do braço estendido, portanto facilitando determinados movimentos presentes no esporte. Ainda assim, como afirmado por Kátia, o corpo influencia em decisões como contratações, mas não é o único aspecto analisado

O corpo em si não, claro que você ser mais alta naquela época te dava uma possibilidade melhor, ou não, “vamos treinar mais porque você é grande, mas você não sabe nada”, você consegue treinar aquela pessoa, já o baixinho tu não consegue fazer ele crescer, né, então ajudava, mas tudo depende do seu desempenho também. (Kátia)

É importante considerar que apesar de certos movimentos serem beneficiados por um aspecto específico, como a altura, o voleibol conta com diferentes ações dentro de jogo, possibilitando, então, que pessoas que fogem desse padrão ainda consigam jogar e ter um futuro dentro deste esporte.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo tinha como objetivo entender a relação do estereótipo de corpo e o esporte e como isso pode afetar as atletas. De início, a hipótese inicial sugeria a existência de um padrão de altura nas jogadoras de vôlei, isto é, que é necessário ter uma estatura elevada para conseguir praticar o esporte de forma profissional. A partir das cinco entrevistas foi possível observar que o padrão corporal dentro do voleibol existe e trata-se de mulheres não só longilíneas, mas também magras. Entretanto, isso não significa que não existam atletas baixas e/ou gordas no alto rendimento, mas, de fato, fazem parte uma pequena parcela que precisa sempre se provar a partir de compensações, além de serem acompanhadas por profissionais da nutrição em uma constante busca para adentrar ao padrão. Esse dado se comprova tanto a partir da amostra, em que quatro das cinco jogadoras são altas e magras e, a única que foge desse padrão, encerrou sua carreira no alto rendimento; quanto pelo fato de que uma mesma atleta, não entrevistada, foi citada como exemplo, ao se falar sobre voleibolistas fora do padrão estético, em diferentes entrevistas. Assim, é possível concluir que há uma escassez de jogadoras que fogem do estereótipo e ainda conseguem o destaque na sociedade.

O presente trabalho contou com algumas limitações pelo tempo e complexidade, mas é interessante citar alguns pontos que surgiram em entrevistas distintas, mas que estão ligados ao tema e podem, futuramente, ser explorados em outras pesquisas. A primeira questão refere-se à influência familiar como contribuidora para que as pessoas adentrem o mundo esportivo, tanto a partir de parentes que são atletas ou trabalham com eles, quanto a partir do incentivo desde a infância e período escolar. Em todas as entrevistas, a família aparece como fator influenciador para a entrada e/ou permanência dentro do voleibol.

Um outro ponto, que pode ser analisado em trabalhos mais específicos e que aparecem nas entrevistas, trata de como as lesões afetam os atletas, de forma física e psicológica. Uma jogadora, ao contar sobre sua trajetória nos clubes em que trabalhou, comenta sobre diversas lesões que sofreu no voleibol e como, em diversos momentos, elas foram fatores que a desmotivaram a continuar no esporte. Essa questão foi driblada a partir de incentivos externos, a ponto de hoje a atleta continuar jogando em alto rendimento, entretanto a lesão como ferida no corpo pode ser suficiente para desmotivar a pessoa, ainda que a fratura por si só não seja impeditora da performance esportiva.

Ainda sobre os temas que emergiram nas entrevistas, a jogadora Cibele trouxe uma questão acerca da diferença entre o esporte – em específico, o vôlei – feminino e masculino. Ela afirma que os homens possuem certa vantagem física para facilitar a explosão no

movimento e os saltos, que são essenciais para o voleibol, mas que, para além disso, os times masculinos não possuem a mesma cobrança de um padrão físico, como há para mulheres. Cibele reitera que o acompanhamento de profissionais de nutrição para homens é voltado para a melhora da performance, mas tal avaliação não vem acompanhada da questão estética e visual do corpo.

É importante pontuar que nas entrevistas surgiu o tema da existência de psicólogos nas equipes, as atletas afirmaram que em alguns dos clubes em que trabalharam existe, mas não a todo momento, e os projetos estão mais ligados a trabalhos em grupo do que acompanhamentos individuais; na seleção, segundo Kátia, era preciso que a atleta solicitasse uma sessão com a psicóloga, portanto, o trabalho não é contínuo. Isso implica na necessidade de as atletas buscarem por fora um atendimento que nem sempre será especializado para lidar com a jogadora junto do esporte. A Psicologia estar presente no contexto esportivo é essencial, uma vez que a psicóloga do esporte agindo em conjunto com a comissão técnica e realizando um trabalho paralelo com as atletas poderia ter evitado os diversos casos, citados pelas entrevistadas, de cobrança e pressão imposta a elas e às colegas de time. Para além disso, o atendimento terapêutico contínuo pode ajudar também em situações de angústia, geradas por diversos motivos, desde lesões até, por exemplo, o nervosismo e ansiedade que um campeonato gera nas atletas. Assim, a Psicologia do Esporte, como uma área nova em expansão, deve lutar para a conquista de um espaço recorrente dentro dos clubes esportivos e não ser lembrada apenas como remediadora de situações pontuais.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, W. M. J.; OZELLA, S. Apreensão dos sentidos: aprimorando a proposta dos núcleos de significação. **Revista brasileira de estudos pedagógicos**, v. 94, p. 299-322, 2013. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbeped/a/Y7jvCHjksZMXBrNJkqq4zjP/>>. Acesso em 9 out. 2022.

AGUIAR, W. M. J.; OZELLA, S. Núcleos de significação como instrumento para a apreensão da constituição dos sentidos. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 26, p. 222-245, 2006. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1414-98932006000200006>>. Acesso em 9 out. 2022.

AGUIAR, W. M. J.; SOARES, J. R.; MACHADO, V. C. Núcleos de significação: uma proposta histórico-dialética de apreensão das significações. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 45, n.155, p. 56-75, jan.-mar., 2015. Disponível em <https://doi.org/10.1590/198053142818>. Acesso em: 11 jun. 2023.

ANDRÉ, H.; MARTINS, C. ‘Sou eternamente grata ao criador da posição de líbero’, afirma bicampeã olímpica Fabi Alvim. **Hoje em Dia**, Belo Horizonte, 2018. Disponível em: <https://www.hojeemdia.com.br/esportes/sou-eternamente-grata-ao-criador-da-posic-o-de-libero-afirma-bicampe-olimpica-fabi-alvim-1.646885>. Acesso em: 26 set. 2022.

ARANDA, A.F. Os estereótipos étnicos nos profissionais do esporte. **Movimento**, v. 22, n. 3, p. 767, 2016. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/59453>. Acesso em: 26 abr. 2022.

BARREIRA, C. Psicologia do Esporte no Brasil: História, Desenvolvimento e Desafios. Entrevista concedida a Revista Diálogos. **Revista Diálogos**. Ano 14, n. 9. Dezembro 2018. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/publicacao/revista-dialogos-n-09/https://site.cfp.org.br/publicacao/revista-dialogos-n-09/>. Acesso em: 29 abr. 2022.

BRUNELLI, A. F. Estereótipos e desigualdades sociais: contribuições da psicologia social à análise do discurso. **Cadernos de Estudos Linguísticos**, v. 58, n. 1, p. 25-43, 2016. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/cel/article/view/8646152>. Acesso em: 26 jun. 2022.

CABRAL, Breno Guilherme de Araújo Tônico *et al.* Efeito discriminante da morfologia e alcance de ataque no nível de desempenho em voleibolistas. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 13, p. 223-229, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcdh/a/PmWBJM5sLF8QQ7QNYmCx6n/abstract/?lang=pt>. Acesso em 1 jun. 2023.



CAMARGO, W. X.; KESSLER, C. S. Além do masculino/feminino: gênero, sexualidade, tecnologia e performance no esporte sob perspectiva crítica. **Horizontes Antropológicos**, v. 23, p. 191-225, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-71832017000100007>. Acesso em: 19 abr. 2022.

COELHO, Matheus Alves. **Prática esportiva competitiva como um fator de risco para o transtorno alimentar em adolescentes**: uma revisão. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Universidade Federal de Pernambuco, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/44034>. Acesso em 1 jun. 2023.

CNS. Conselho Nacional de Saúde (Brasil). **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Brasília, 2012. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 11 jun. 2023.

COSTA, G. Serginho é o maior herói olímpico da história do Brasil. **GloboEsporte**, 2020. Disponível em: <https://ge.globo.com/olimpiadas/blogs/brasil-em-toquio/noticia/serginho-e-o-maior-heroi-olimpico-da-historia-do-brasil.ghtml>. Acesso em 26 set. 2022.

COSTA. M. M. ESPORTE DE ALTO RENDIMENTO: produção social da modernidade – o caso do vôlei de praia. **Sociedade e Estado**, Brasília, v. 22, n.1, p. 35-69, jan./abr. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-69922007000100003>. Acesso em 15 set. 2022.

CRP-SP. Conselho Regional de Psicologia de São Paulo. **Pioneiros da Psicologia do Esporte – João Carvalhaes**. Youtube, 6 mar. 2014. Disponível em: [https://youtu.be/\\_TvsprVcayQ](https://youtu.be/_TvsprVcayQ). Acesso em: 12 abr. 2022.

DAMASCENO, Vinicius Oliveira *et al.* Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 11, n.3, p. 181-186, jun. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922005000300006>. Acesso em 1 jun. 2023.

DE ROSE JUNIOR, D. de. História e evolução da psicologia do esporte. **Revista Paulista de Educação Física**, [S. l.], v. 6, n. 2, p. 73-78, 1992. DOI: 10.11606/issn.2594-5904.rpef.1992.138074. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/138074>. Acesso em: 11 jun. 2023.

ESTEREÓTIPO. In: DICIO, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7Graus, 2022. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/estereotipo/>. Acesso em: 12 maio 2022.

GONÇALVES, P. S de P. *et al.* Avaliação da satisfação com a autoimagem corporal em bailarinas. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 11, n. 66, p. 301-308, 2017. Disponível em: <http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1123>. Acesso em: 1 abr. 2022.

GIL, C.; RODRIGUES, J. G.; AGRA, M. Maior líbero da história, Fabi se despede do vôlei: “Decisão difícil, mas o corpo fala”, Rio de Janeiro, **Globo Esporte**, 2018. Disponível em: <https://ge.globo.com/volei/noticia/maior-libero-da-historia-fabi-se-despede-do-volei-decisao-dificil-mas-o-corpo-fala.ghtml>. Acesso em 26 set. 2022.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de administração de empresas**. São Paulo, v. 35, p. 57-63, 1995. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-75901995000200008>. Acesso em: 15 set. 2022.

GONÇALVES, A. S.; DE AZEVEDO, A. A. A resignificação do corpo pela educação física escolar, face ao estereótipo de corpo ideal construído na contemporaneidade. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 10, n. 2, p. 33-51, 2007. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/1083>. Acesso em: 3 maio. 2022.

MARQUES JUNIOR, N. K. **Voleibol**: conteúdo básico sobre esse esporte. 2015. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/286626634\\_VOLEIBOL\\_conteudo\\_basico](https://www.researchgate.net/publication/286626634_VOLEIBOL_conteudo_basico). Acesso em 9 maio de 2023.

LOPES, L. Ex-jogador Richarlyson se declara bissexual: “O mais importante não vai mudar, que é a homofobia”. São Paulo, **CNN Brasil**, 24 jun. 2022. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/esporte/ex-jogador-richarlyson-se-declara-bissexual-o-mais-importanumnao-vai-mudar-que-e-a-homofobia/>. Acesso em 08 out. 2022.

MACIEL, R. N. Voleibol: sistema de jogo 5x1. **Rev Dig Educ Fís Deportes**, v. 16, n. 160, p. 1-5, 2011. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd156/voleibol-sistema-de-jogo-5-1.htm>. Acesso em 9 maio de 2023.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. Atlas, 2003.

MONTIEL, J. M. et al. Avaliação do treinamento mental na melhora de desempenho do saque no voleibol. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 4, n. 1, p. 46-63, 2013. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/eip/article/view/16501/0>. Acesso em 17 mai. 2023.

RIZOLA NETO, A. **Uma proposta de preparação de equipes jovens de Voleibol feminino**. 2003. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade Estadual de Campinas. Disponível em: <https://hdl.handle.net/20.500.12733/1596631>. Acesso em 10 maio de 2023.

NOVAES, C. B.; ROSSI, C. R. O corpo das mulheres brasileiras e o seu estereótipo no universo fitness em Portugal. **Cadernos Pagu**, Campinas, n. 52, p. 1-26, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/18094449201800520016>. Acesso em: 11 jun. 2022.

OLIVEIRA, A. C. de. **Relação entre a incidência de lesões e as posições em jogadores de voleibol masculino profissional**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em

Fisioterapia), Centro Universitário do Sul de Minas, Varginha, 2007. Disponível em: <http://192.100.247.84:8080/handle/prefix/1712>. Acesso em 9 maio de 2023.

PRIESS, Fernando G.; GONÇALVES, Patrick S.; SANTOS, Ana P M. **Metodologia do voleibol**. Porto Alegre: Sagah, 2019.

ESPORTE NEWS Mundo. Relembre a história de Serginho ‘Escadinha’, o maior líbero de todos os tempos. **UOL**, 2021. Disponível em: <https://www.uol.com.br/esporte/ultimas-noticias/enm/2021/10/15/relembre-a-historia-de-serginho-escadinha-o-maior-libero-de-todos-os-tempos.htm>. Acesso em: 26 set. 2022.

RUBIO, K. A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 19, n. 3, p. 60-69, 1999. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932011000400004>. Acesso em: 3 maio 2022.

RUBIO, K. Origens e evolução da psicologia do esporte no Brasil. **Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales, Universidad de Barcelona**, v. 7, n. 373, 2002. Disponível em: <https://www.raco.cat/index.php/Biblio3w/article/view/66687>. Acesso em: 3 maio. 2022.

SALOMÃO, R. L.; OTTONI, G. P.; BARREIRA, C. R. A. Atletas de base de futebol: a experiência de viver em alojamento. **Psico-USF**, v. 19, n. 3, p. 443-455, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pusf/v19n3/08.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2022.

SIMAS, J. P.; GUIMARÃES, A. C. A. Ballet clássico e transtornos alimentares. **Revista da Educação Física**, Maringá, v. 13, n. 2, p. 119-126, 2002. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/reveducfis/article/view/3709>. Acesso em: 19 abr. 2022.

VIEIRA, L. F. et al. Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia. **Psicologia em estudo**, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/dxqXV7GtH7zkCLkzYq7K7Wd/abstract/?lang=pt>. Acesso em 27 maio. 2022.

VIEIRA, L. F.; DO NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A.; LOPES VIEIRA, J. L. O estado da arte da pesquisa em Psicologia do Esporte no Brasil. **Psicología del Esporte**, v. 22, n. 2, p. 501-507, jul.-dez. 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235128058020.pdf>. Acesso em 27 maio. 2022.

VIGOTSKI, L. S. **A construção do pensamento e da linguagem**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.