

## Natação pura e pólo aquático: factores motivacionais

Natación pura y waterpolo: factores motivacionales

Pure swimming and water polo: motivating factors

\*Escola Superior Desporto de Rio Maior  
Instituto Politécnico de Santarém

\*\*Centro de Investigação em Desporto, Saúde e  
Desenvolvimento Humano, CIDESD, Vila Real

\*\*\*Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde  
Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real  
(Portugal)

**Hugo Louro\* \*\***

[hlouro@esdrm.pt](mailto:hlouro@esdrm.pt)

**Ana Conceição\* \*\***

[anaconceicao@esdrm.pt](mailto:anaconceicao@esdrm.pt)

**António Silva\*\* \*\*\***

[ajsilva@utad.pt](mailto:ajsilva@utad.pt)

**João Freitas\***

[jdfreitas12@gmail.com](mailto:jdfreitas12@gmail.com)

**José Alves\* \*\***

[jalves@esdrm.pt](mailto:jalves@esdrm.pt)

**Luís Cid\* \*\***

[luiscid@esdrm.pt](mailto:luiscid@esdrm.pt)

### Resumo

O estudo está inserido no âmbito psicologia do desporto na temática da motivação. As modalidades estudadas são a Natação Pura e o Pólo Aquático tendo como objectivo estudar os factores motivacionais destas modalidades e posteriormente compará-los. O instrumento utilizado foi o questionário de motivação para as actividades desportivas (QMA), sendo aplicado a 92 sujeitos com idades entre os 13 e 31 anos, todos federados na Federação Portuguesa de Natação. Os resultados encontrados indicam uma semelhança entre as duas modalidades existindo somente uma diferença significativa no factor aperfeiçoamento técnico apresentando a modalidade de pólo aquático, valores mais elevados. Concluímos que as semelhanças encontradas são devidas ao facto de os atletas de pólo aquático terem iniciado a sua actividade desportiva na natação pura. Pelo contrário as diferenças têm, provavelmente, a sua origem, nas exigências técnicas, substancialmente superiores pela maior diversidade de gestos técnicos, na modalidade de pólo Aquático.

Unitermos: Psicologia do Desporto. Motivação. Pólo Aquático. Natação.

### Abstract

The study is inserted in sports psychology on the subject of motivation. The modalities studied are the Pure Swimming and Water Polo with the aim to study the motivating factors of these modalities and then compare them. The instrument used was the motivation questionnaire for sport (PMQ) in 92 subjects with ages between 13 and 31 years, all federal in Portuguese Swimming Federation. The results indicate a similarity between the two modalities, there's only one significant difference in technical improvement factor featuring the water polo higher values. We conclude that the similarities are due to the fact that water polo athletes have begun their sport in swimming pure. Rather the differences probably have their origin in the technical requirements, substantially higher due the highest diversity of technical gestures in the water polo.

Keywords: Sport Psychology. Motivation. Water Polo. Swimming.

### Resumen

El presente estudio aborda desde la psicología del deporte el tema de la motivación. Las modalidades estudiadas son la natación pura y el waterpolo con el objetivo de investigar los factores motivacionales y después compararlos. El instrumento utilizado fue el cuestionario de motivación para el deporte (QMD) aplicado en 92 sujetos con edades comprendidas entre los 13 y 31 años, todos federados de la Federación Portuguesa de Natación. Los resultados indican una similitud entre los dos métodos y que sólo hay una diferencia significativa en el factor de mejora técnica en la modalidad de waterpolo, en los valores más altos. Se concluye que las similitudes se deben al hecho que los atletas de polo acuático han comenzado su deporte en la natación pura. Más bien las diferencias probablemente tienen su origen en las normas técnicas, bastante más complejas y en la mayor diversidad de gestos técnicos en el deporte del waterpolo.

Palabras clave: Psicología del Deporte. Motivación. Waterpolo. Natación.

<http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 15 - Nº 146 - Julio de 2010

1 / 1

## Introdução

A importância da motivação é hoje reconhecida em todo o mundo para todos os aspectos da actividade física e desportiva, pelo que, acompanhando o desenvolvimento das modalidades desportivas, a Psicologia do Desporto surge como uma área de contributo à preparação dos atletas, em particular dos nadadores (Raposo, 1996).

Das diferentes áreas de estudo que a Psicologia do Desporto abrange, a motivação é sem dúvida a que mais

investigação tem produzido, sendo este um dos tópicos que os investigadores mais tempo e energia têm dedicado (Biddle & Mutrie, 2001), o que pode ser comprovado pelo facto de existirem cerca de trinta modelos teóricos distintos que tentam explicar este atributo psicológico (Roberts, 2001).

De acordo com vários autores (Samulski, 2002, Weinberg & Gould, 2007, Dosil, 2008), a motivação assume um papel preponderante em todos os âmbitos na vida do ser humano, em particular daquele que pratica desporto, pois actua como um autêntico motor da realização. Desta forma, podemos definir a motivação como uma “*variável psicológica que move o indivíduo face à realização, orientação, manutenção ou abandono de uma actividade física ou desporto*” (Dosil, 2008, p.129), podendo ser determinada por uma associação cognitiva que o sujeito faz das diferentes situações, em função de uma série de factores individuais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos), sendo da interacção entre eles que normalmente resulta a motivação para a prática (Samulski, 2001).

Segundo Alves, Serpa e Brito (1996), para que os treinadores possam desempenhar com eficácia as suas funções, devem, em primeiro lugar, compreender a motivação dos seus atletas, ou seja, a razão (ou razões) pela qual escolheram uma determinada modalidade, porque se mantêm nessa modalidade ao longo do tempo, e a razão pela qual se empenham nas actividades com um determinado nível de intensidade. Destas questões, resultam as três componentes que estão envolvidas no conceito de motivação: Direcção – que se relaciona com a escolha de um determinado desporto; Intensidade – que se relaciona com a quantidade de energia que o atleta mobiliza para a prática dessa modalidade; Persistência – que se relaciona com a continuidade ou não na modalidade escolhida. A estas três componentes, Dosil (2008), acrescenta ainda uma dimensão de resultado, que define como as inferências que se podem fazer com a observação dos resultados alcançados na modalidade desportiva praticada.

Assim sendo, vejamos de seguida alguns estudos realizados no contexto específico da modalidade de natação:

Gould, Feltz, Weiss, e Petlichkoff (1982), ao analisarem os motivos para a participação desportiva de 365 nadadores jovens, verificaram que os motivos com menor importância tinham sido: agradar aos pais/melhores amigos, acalmar a tensão, ser popular e viajar. Por outro lado, as principais razões apontadas para a sua prática eram: divertimento, a forma física, a melhoria de competências, a “atmosfera” da equipa e o desafio. Para além disso, encontraram diferenças significativas entre o género e a idade, ou seja, os nadadores mais jovens valorizam mais os factores realização/estatuto, viagens, desejo de agradar aos pais amigos e ter alguma coisa para fazer que os mais velhos. De igual modo, o género feminino atribui maior importância à amizade e ao divertimento, do que os sujeitos do género masculino.

Mais tarde, em 1985, Gould e colaboradores realizaram novo estudo a 175 nadadores de várias idades, obtendo como motivos menos importantes as viagens, a incitação dos pais e amigos e o gasto de energias, sendo os motivos mais importantes o prazer, o desenvolvimento das técnicas, a atmosfera de equipa e o desafio. No que se refere à idade verificaram que o grupo dos 8-11 anos apresenta como motivos de maior importância: estatuto realização, incitação de pais /amigos, estar ocupado, gostar do treinador e gostar da piscina. Estes motivos perdiam a importância com o aumento da idade, mostrando-se o grupo dos 15-19 anos mais influenciado por motivos relacionados com o desenvolvimento de competências, o bem-estar, a técnica e o desafio.

Brodkin e Weiss (1990), realizaram um estudo com o objectivo de analisar as diferenças dos motivos para a prática em função da idade dos nadadores. Os resultados alcançados permitiram concluir que os nadadores com maior idade davam menos importância às características competitivas face aos mais novos, sendo o estatuto social bastante importante para os nadadores adolescentes, pré-universitários e universitários. Os aspectos relacionados com a influência da família e amigos foram considerados muito importantes pelo grupo de adolescentes, e a dimensão divertimento considerada como a mais importante para o grupo das crianças e adultos mais velhos.

Sousa (1996) realizou um estudo em que a amostra foi constituída por nadadores portugueses, que foi posteriormente dividida tendo em conta os escalões de competição e o género do praticante. Ao analisar os resultados, verificou que, em termos gerais, a afiliação geral, a forma física e a competição foram os motivos mais valorizados. No entanto, o género

feminino atribui maior importância a motivos relacionados com a afiliação específica do que o género masculino, e os escalões de juvenis deram maior importância aos motivos de manutenção/melhoria de forma física, afiliação geral e desenvolvimento de competências técnicas, enquanto que os juniores valorizam a afiliação geral, e os seniores a competição e manutenção/melhoria da forma física.

Fernandes (1997) no estudo realizado na natação pura na qual a idade era a variável independente, verificou diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de menor idade e o grupo de maior idade nos factores afiliação geral e afiliação específica/equipa, sendo o grupo de nadadores mais jovens que deram maior ênfase a estes factores.

Fonseca (2001), publica um livro com uma colectânea de estudos na área da motivação para a prática de actividade física e desporto, realizados pelos investigadores e colaboradores associados à instituição universitária a que pertence. Dos 108 estudos apresentados, apenas 5 são no contexto da modalidade de natação. Para além disso, excepção feita ao estudo de Fernandes (1997) já mencionado anteriormente, apenas num desses cinco estudos foi utilizada uma amostra de nadadores adultos, embora tenha sido num contexto de prática de natação recreativa.

Desta forma, estamos interessados em saber se atletas que praticam estas duas modalidades (i.e. uma colectiva – pólo aquático, e outra individual – natação pura), apresentam motivações diferenciadas. E nesse sentido, o objectivo do presente estudo é analisar as diferentes razões (i.e. motivos) pelas quais os atletas de duas diferentes modalidades competitivas (i.e. natação pura e pólo aquático) praticam essa actividade.

## Metodologia

### Participantes

Para a realização do estudo, participaram 92 sujeitos, praticantes federados de pólo aquático (51) e natação pura de competição (41), com uma média de idades de 20 anos (entre 13 a 31), do sexo feminino (27) e do sexo masculino (65). Os elementos da amostra são todos de nível nacional e regional.

Quadro I. Distribuição dos sujeitos da amostra por sexo e modalidade

	Sexo		Total
	Masculino	Feminino	
Pólo Aquático	40	11	51
Natação	25	16	41
Total	65	27	92

### Instrumento

Para avaliar os motivos para a prática desportiva utilizámos a versão Portuguesa do *Participation Motivation Questionnaire* (PMQ: Gill, Gross, & Huddleston, 1983), traduzida e validada por Serpa e Frias (1992): Questionário de Motivação para as Actividades Desportivas (QMAD). Este instrumento é composto por 30 itens aos quais se responde numa escala do tipo Likert de 5 níveis, que variam entre o “Nada Importante” e o “Totalmente Importante”, que se agrupam posteriormente em 7 dimensões (i.e. Realização-Estatuto, Divertimento, Actividade em Grupo, Aperfeiçoamento Técnico, Aptidão Física, Contextual, Família/Amigos).

### Procedimentos

Na recolha da informação utilizamos sempre locais e condições semelhantes a todos os elementos que constituem a amostra, garantindo as condições adequadas para que os indivíduos não se sentissem estranhos com a situação e, ao mesmo tempo, pudessem estar concentrados durante o preenchimento dos questionários (antes dos treinos). A participação do estudo foi voluntária sendo sempre o consentimento obtido pelos seus tutores, uma vez que se tratavam de menores de idade. Todas as respostas foram efectuadas de forma anónima, a fim de garantir a confidencialidade dos dados recolhidos e assegurar que os mesmos não seriam, transmitidos individualmente a terceiros,

### Análise estatística

Para a avaliação dos factores motivacionais mais importantes recorreu-se a técnicas de estatística descritiva através do cálculo dos valores médios e desvios-padrão para cada uma das dimensões motivacionais. Para a comparação entre os praticantes das duas modalidades recorreremos ao teste “U” de *Mann Whitney* (estatística não paramétrica) utilizando o grau de significância de 0.05, sendo para tal utilizado o programa SPSS 17.0.

## Apresentação e discussão dos resultados

### Factores motivacionais

O quadro 2 permite observar, por ordem de importância, os motivos que levam os elementos que participaram no estudo, à prática da natação pura e pólo aquático de competição.

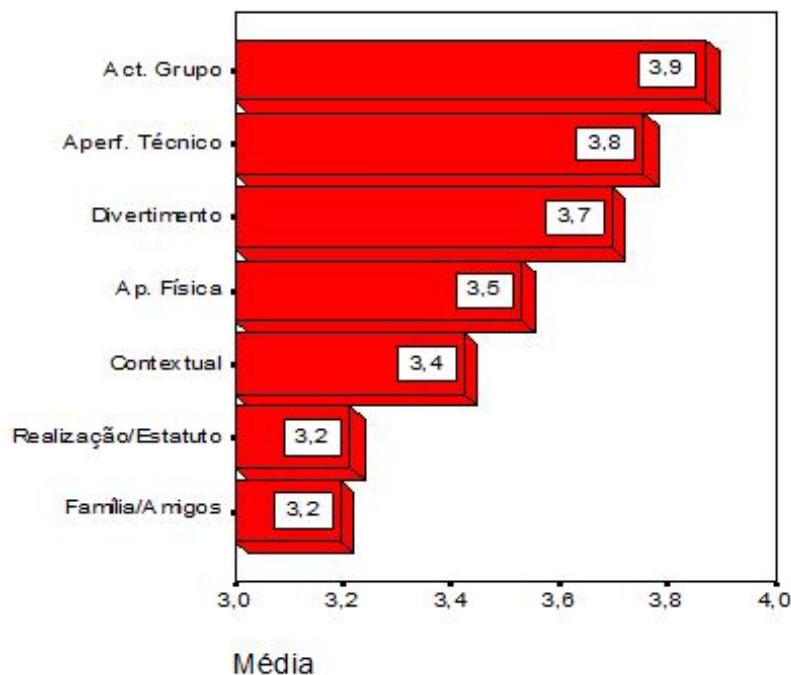
Quadro 2. Valores médios e desvio padrão obtidos em cada factor motivacional na amostra global

	Factores	N	Média	DP	
1º	Actividade em Grupo	92	3,87	1,41	Mais Importantes
2º	Aperfeiçoamento Técnico	92	3,76	0,60	
3º	Divertimento	92	3,70	0,64	
4º	Aptidão Física	92	3,53	0,58	
5º	Contextual	92	3,42	0,79	
6º	Realização/ Estatuto	92	3,21	0,75	Menos Importantes
7º	Família/ Amigos	92	3,20	1,08	

Como podemos verificar, existem vários motivos para a prática destas duas modalidades aquáticas. Contudo, os factores “Actividade em grupo” e “Aperfeiçoamento técnico” foram os considerados mais importantes pelos sujeitos da amostra. Por outro lado, os factores de “Realização/ Estatuto” e de “Família/ Amigos” parecem ser os menos valorizados.

Através do gráfico da figura 1, é possível observar de forma proporcional os valores médios obtidos para cada um dos factores motivacionais para a amostra global.

Figura 1. Representação gráfica dos valores médios obtidos em cada factor motivacional



Existe uma tendência nos praticantes destas modalidades para valorizar os aspectos relacionais e técnicos na sua envolvimento na prática destas modalidades. Os aspectos familiares e realização/estatuto são os factores que menos importância parecem ter para a prática da modalidade.

Um aspecto relevante é que todos os factores motivacionais se situam na unidade 3 da escala de apreciação, estando quatro factores acima ou igual ao valor de três e meio. Abaixo deste valor encontramos três factores sendo os menos relevantes para este grupo de praticantes de desportos aquáticos.

#### Diferenças motivacionais entre praticantes de natação pura e pólo aquático

No quadro 3 é possível visualizar as diferenças dos valores médios em cada factor motivacional, obtidos em cada modalidade, e o respectivo valor “U” do teste de Mann-Whitney.

Quadro 3. Diferenças nos motivos em função da modalidade praticada

	Modalidades						
	Natação pura		Pólo aquático				
	Média	DP	Média	DP	Dif. M	Valor U	Sig.
Actividade Grupo	4,06	1,99	3,72	0,65	0,34	968,50	0,54
Divertimento	3,71	0,57	3,69	0,69	0,02	1032,00	0,92
Aperf. Técnico	3,51	0,49	3,95	0,60	-0,44	601,50	0,00*
Aptidão Física	3,42	0,58	3,62	0,57	-0,20	826,00	0,08
Contextual	3,38	0,71	3,46	0,86	-0,08	957,50	0,49
Família/ Amigos	3,24	1,04	3,16	1,12	0,08	1013,50	0,79

Realização/ Estatuto	3,14	0,65	3,27	0,82	-0,13	942,50	0,42
----------------------	------	------	------	------	-------	--------	------

\*p&lt;0.01

Podemos verificar que a ordem de importância nos factores motivacionais são diferentes entre estas duas modalidades, embora os três primeiros factores sejam semelhantes trocando somente a ordem entre eles, tal como acontece nos menos importantes, onde só os dois menos importantes trocam de posição entre eles.

No grau de importância intermédio a ordem entre as duas modalidades são semelhantes embora no pólo aquático os valores encontrados sejam superiores.

O factor que os nadadores consideram de maior importância é as actividades de grupo sendo este factor no pólo aquático o segundo de maior importância. Nesta modalidade encontramos como factor primordial o aperfeiçoamento técnico, apresentando-se este como o terceiro mais valorizado nos nadadores.

Verifica-se que embora a literatura refira que a modalidade praticada é uma das variáveis que influencia os motivos para pratica desportiva, não se encontraram diferenças significativas nas duas modalidades analisadas, com excepção do factor motivacional “Aperfeiçoamento técnico”.

Ao analisar o quadro 3 verificamos que a ordem de valorização dos factores motivacionais é distinta entre as duas modalidades existindo diferenças estatisticamente significativas entre os factores.

Tal facto poderá ser resultado da relação próxima entre estas duas modalidades e da própria origem desportiva dos atletas de pólo aquático, que habitualmente iniciam a sua actividade desportiva na natação e posteriormente transitam para o pólo aquático.

Relativamente à diferença encontrada no “Aperfeiçoamento técnico”, esta poderá ser explicada precisamente por uma das características que mais diferencia estas duas modalidades, a maior diversidade de gestos técnicos na modalidade de pólo aquático que leva os seus praticantes a sentirem uma maior motivação para trabalhar este aspecto.

Um outro aspecto é que o resultado (feedback) dos gestos técnicos no pólo aquático é conhecido de imediato.

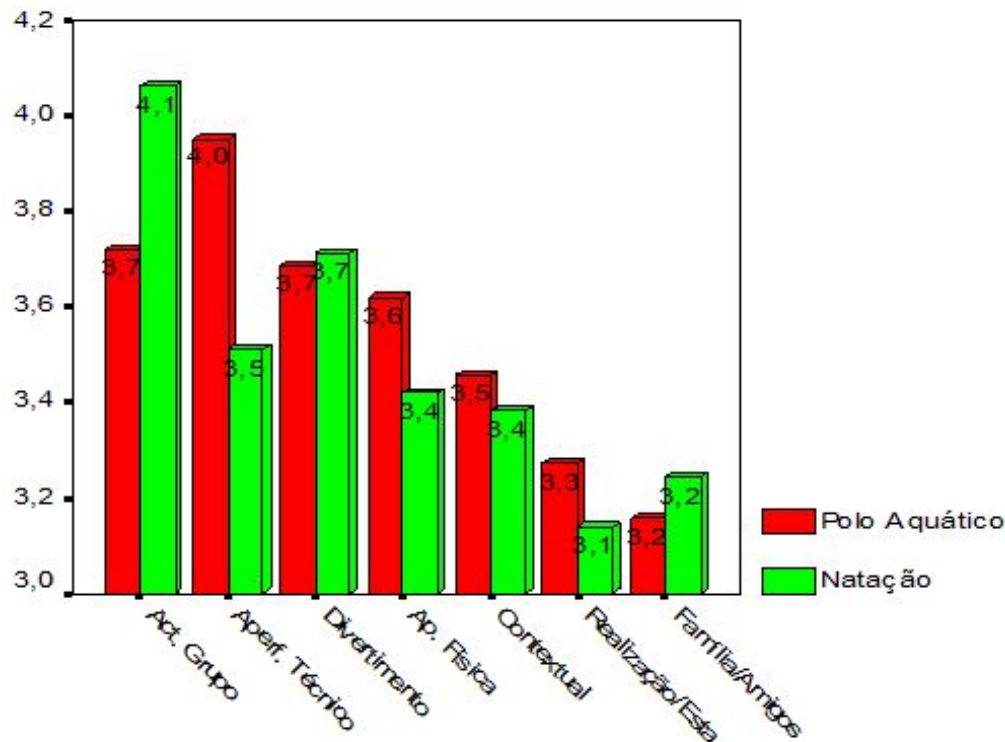
Um dado curioso a referenciar é o facto de que embora a natação pura seja uma modalidade individual apresenta valores elevados no factor “Actividade em grupo”, sendo mesmo mais elevados que no pólo aquático. Estes dados são corroborados também por outros estudos feitos com o mesmo instrumento (QMAD) na natação (Fernandes, 1997) em que a “Afiliação geral” é tida como muito importante pelos praticantes. Assim, verifica-se que o conceito de “modalidade individual” é meramente instrumental e que as dinâmicas e relações sociais também estão presentes e podem ser um factor determinante na motivação para a prática desportiva. Um dado a realçar neste estudo de Fernandes, cuja amostra é constituída pelos nadadores da selecção nacional, é que o motivo mais valorizado é a aptidão física (forma física) enquanto que neste estudo com nadadores de nível nacional se verifica que este motivo aparece em quarto lugar em ambas as modalidades.

Oliveira (1988) constatou que embora a natação seja uma modalidade individual, permite satisfazer a necessidade do jovem pertencer a um grupo, assim como de se relacionar com as pessoas que falam a mesma linguagem.

Podemos constatar que também em estudos internacionais, os resultados mais valorizados são

semelhantes, embora com uma ordem de preferência variável. Gould et. al. (1982, 1985) encontram nos seus estudos que os motivos divertimento e o prazer são das dimensões de motivos mais pontuadas, enquanto que os motivos “agradar aos pais e amigos”, “viajar” e “ser popular”, são os motivos menos valorizados, o mesmo acontecendo no nosso estudo.

Figura 2. Valores médios obtidos em cada factor motivacional para cada modalidade



O factor aperfeiçoamento técnico obtém diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos e encontra-se entre os factores importantes, reforçando o que Alves, Serpa e Brito (1996) afirmam, que perante os seus pares é essencial para o adolescente e para o jovem ser capaz de desempenhar com êxito as tarefas que se propõe desempenhar.

## Conclusões

Podemos concluir que nestas duas modalidades a motivação é semelhante, para os sujeitos deste estudo. Tal facto poderá ser resultado da origem desportiva dos atletas de pólo aquático, os quais iniciaram a sua actividade desportiva na natação, tendo posteriormente transitado para o pólo aquático. A diferença encontrada relativamente ao “Aperfeiçoamento técnico” pode ser explicada pelo facto do maior número de gestos técnicos na modalidade de pólo aquático, que leva os seus praticantes a sentirem uma maior necessidade de trabalhar este aspecto, bem como o resultado destes gestos técnicos serem imediatamente perceptíveis pelos atletas.

## Referências



- Alves, J., Brito, A., & Serpa, S. (1996). *Psicologia do Desporto: Manual do Treinador*. Lisboa: Psicosport.
- Biddle, S. & Mutrie, N. (2001). *Psychology of Physical Activity: Determinants, well-being and interventions*. London: Routledge, Taylor & Francis Group;
- Brodtkin, P., & Weiss, M. R. (1990). Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming. *Journal of Sport and Exercise Physiology*, 12, 248-263.



- Dosil, J. (2008). *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Madrid: McGraw Hill;
- Fernandes, R. (1997). *A motivação para a prática de natação de competição: estudo em atletas pré-júniors e juniors/seniors*. Livro de actas do 20º congresso científico da APTN, Setúbal.
- Fonseca, A. (1995). *Estudo preliminar à estrutura factorial da versão portuguesa do participation motivation questionnaire*. Livro de actas do VI jornadas de Psicologia do Desporto., Guarda.
- Fonseca, A. (2001). *Estudos sobre Motivação*. Porto: FCDEF-UP.
- Gill, D., Gross, J., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
- Gould, D., Feltz, D., Weiss, M., & Petlichkoff, N. (1982). Participation motives in competitive youth swimmers. In T. Orlick, J.T. Partington & J. H. Salmela (Eds.), *Mental Training For Coaches And Atletes*. Ottawa: Coaching Association Of Canada.
- Oliveira, R. (1998). *O Adolescente e o desporto*. Livro de actas do XI Congresso Científico da APTN.
- Raposo, J. (1996). *Preparação psicológica das selecções nacionais de natação*. Livro de actas do XIX Congresso da APTN, Portimão.
- Roberts, G. (2001). *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. Champaign-Illinois: Human Kinetics.
- Samulski, D. (2002). *Psicologia do Esporte*. S.Paulo: Editora Manole.
- Serpa, S. & Frias, J. (1992). *Motivação para a prática desportiva - validação preliminar do questionário de motivação para as actividades desportivas (QMAD)*. (Vol. 2). Lisboa: M.E.; D.G.E.B.S.; D.G.D.; G.C.D.E..
- Sousa, M. (1996). *A motivação para a prática de natação de competição. Estudos em atletas da região norte*. Documento não, FCDEF - UP, Porto.
- Weinberg, R. & Gould, D. (2007). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign Illinois: Human Kinetics.

Outros artigos [em Português](#)

Recomienda este sitio

	<input data-bbox="670 1612 1130 1661" type="text"/>  Búsqueda personalizada	<input data-bbox="1141 1604 1268 1661" type="button" value="Buscar"/>
EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 146, Julio de 2010 © 1997-2010 Derechos reservados		