**Paixão, inveja e afetos: um estudo no contexto do exercício físico**

**Amanda Rizzieri Romano**

Estudos apontam os efeitos positivos da prática continuada de exercício físico à saúde, a nível físico e psicológico (Sherwood & Jeffery, 2000; Zhang & Chen, 2019). Nesse sentido, a psicologia do esporte e do exercício físico tenta compreender o papel de variáveis psicológicas que contribuem para o engajamento e manutenção dessas práticas (Peixoto et al., 2019). Embora a área tenha se desenvolvido nos últimos anos, grande parte dos investimentos foram voltados para o esporte de alto rendimento, que acessa uma amostra restrita composta por atletas. Em contrapartida, estudos com praticantes não-competitivos de atividades físicas, abrangem uma maior parcela da população (Silva et al., 2022). Desse modo, se faz necessário o investimento em pesquisas que explorem quais variáveis podem influenciar nesse processo. Uma das variáveis que tem sido apontada pela literatura como contribuidora para a manutenção do exercício físico é a paixão, que reflete a forma como o sujeito se relaciona com a atividade e a internaliza (Vallerand, 2012).

Ressalta-se que ambientes que promovem a prática de atividades físicas são contextos que favorecem e estimulam, devido sua natureza avaliativa, a comparação entre os indivíduos, especificamente em relação as características, funcionamento e habilidades físicas (Cash & Smolak, 2011). O exercício relaciona-se à satisfação de exigências, sejam externas ou internas, e, desse modo, as comparações podem eliciar emoções positivas, a partir da perspectiva de que o eu é percebido como superior, e emoções negativas, no qual o outro é visto como inferior (Major et al., 1991). A base da inveja está sempre em uma comparação social (Lange & Crusius, 2015) e, portanto, tal construto pode ser influenciado pela forma como o sujeito relaciona-se com a atividade física, além de influenciar os afetos que são experimentados durante a prática (Giacomoni, 2014; Lange & Crusius, 2015). Porém, a inveja ainda é pouco estudada pela psicologia do esporte e do exercício no contexto brasileiro.

A partir do exposto, espera-se compreender qual a relação entre paixão pelo exercício, afetos (positivos e negativos) e inveja. Além de identificar: qual o poder preditivo dos indicadores de paixão pelo esporte sobre afetos (positivos e negativos) e o poder preditivo dos afetos nos indicadores de inveja (maliciosa e benigna)? E, por fim, avaliar: qual o poder mediador dos afetos na relação entre paixão pelo esporte e inveja? Hipotetizou-se que paixão harmoniosa se relacione positivamente com afetos positivos e inveja benigna, e negativamente com afetos negativos e inveja maliciosa. A paixão obsessiva, por sua vez, deve relacionar-se positivamente com afetos negativos, bem como ambos os indicadores de inveja, e negativamente com afetos positivos.  E espera-se que haja efeito positivo entre as variáveis, bem como uma mediação parcial da relação entre paixão e inveja pelos afetos.

Para isso foi realizada uma pesquisa quantitativa de corte transversal, por meio da aplicação de instrumentos alocados na plataforma *online* Google *Forms*, e o *link* disponibilizado em redes sociais. O protocolo apresentou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e os instrumentos foram disponibilizados apenas para aqueles participantes que concordaram com as informações apresentadas e indicaram possuir 18 anos ou mais. Para coleta, foram utilizados os seguintes instrumentos: Escala de Paixão pelo esporte (EP), Escala de Afetos Positivos e Negativos (PANAS), Escala de Inveja Benigna e Maliciosa (BeMaS) e questionário sociodemográfico. E, a partir dos dados obtidos, análises estatísticas foram conduzidas (correlação de Pearson, Modelagem de Equações Estruturais).

**Referências**

Cash, T.F., & Smolak, L. (2011). Body image: A handbook of science, practice, and prevention. Guil-ford Press.

Giacomoni, C. H., (2004). Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia da SBP*, *12*(1), 43-50.

Lange, J., Crusius, J. (2015). Dispositional Envy Revisited: Unraveling the Motivational Dynamics of Benign and Malicious Envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *41*(2), 284-294.

Peixoto, E. M., Nakano, T. D. C., Castillo, R. A., Oliveira, L. P., & Balbinotti, M. A. A. (2019). Passion scale: Psychometric properties and factorial invariance via exploratory structural equation modeling (ESEM). *Paideia*, 29. https://doi.org/10.1590/1982-4327e2911

Silva, M. V., Vieira, T., & Peixoto, E. M. (2022). Paixão, Mindulness e Bem-estar subjetivo: avaliação de construtos psicológico positivos e suas relações com a prática de esporte e exercício físico. In E. M. Peixoto & T. C. Nakano (Eds.), Métodos de Avaliação em Psicologia do Esporte (pp. 269–286). Vetor.

Sherwood, N. E., & Jeffery, R. W. (2000). The Behavioral Determinants of Exercise: Implications for Physical Activity Interventions. *Annual Review of Nutrition*, *20*(1), 21–44. https://doi.org/10.1146/annurev.nutr.20.1.21

Vallerand, R. J. (2012). The role of passion in sustainable psychological well-being. Psychology of Well-Being: Theory, *Research and Practice*, *2*(1), 1. https://doi.org/10.1186/2211-1522-2-1

Zhang, Z., & Chen, W. (2019). A Systematic Review of the Relationship Between Physical Activity and Happiness. *Journal of Happiness Studies* (Vol. 20, Issue 4, pp. 1305–1322). https://doi.org/10.1007/s10902-018-9976-0