

Relação entre paixão, resiliência e desempenho no triathlon
Relationship between passion, resilience and performance in triathlon
Relación entre pasión, resiliencia y rendimiento en el triatlón

Recebido: 20/08/2020 | Revisado: 30/08/2020 | Aceito: 01/09/2020 | Publicado: 02/09/2020

Diego Galdino França

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1334-5203>

Universidade Estadual de Maringá, Brasil

E-mail: diegogaldinof@gmail.com

Renan Codonato

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1061-7111>

Universidade Estadual de Maringá, Brasil

E-mail: gperenan@gmail.com

Lenamar Fiorese

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1610-7534>

Universidade Estadual de Maringá, Brasil

E-mail: lenamarfiorese@gmail.com

Resumo

Esta pesquisa teve como objetivo analisar a relação entre paixão, resiliência e desempenho em triatletas. A amostra foi composta por 78 atletas do sexo masculino (idade = $36,97 \pm 10,29$ anos), participantes de duas competições de nível nacional realizadas em 2018. Como instrumentos, utilizou-se uma ficha de dados de identificação, a Escala da Paixão (PS) e a Escala de Resiliência de Connor-Davidson de 10 itens (CD-RISC-10). O desempenho dos atletas foi medido pelo tempo total na prova. A análise de dados foi realizada por meio do software R (versão 3.6.3), utilizando-se dos testes de Shapiro-Wilk, Wilcoxon, U de Mann-Whitney, coeficiente de correlação de Spearman e Regressão Logística Binomial, com nível de significância $p < 0,05$. Os resultados demonstraram que os triatletas possuíam maiores níveis de paixão harmoniosa ($Md=5,83$) do que obsessiva ($Md=3,33$) ($p < 0,05$). Os indivíduos melhores colocados na prova eram mais jovens ($p < 0,01$) e apaixonados pelo esporte ($p=0,03$). A paixão harmoniosa apresentou correlação positiva e moderada com a resiliência ($r=0,39$). Atletas mais velhos apresentaram menores chances de obter melhores desempenhos ($RC=0,80$) enquanto que atletas mais experientes no esporte apresentaram maiores chances

(RC=1,25) ($p<0,01$). A paixão obsessiva apresentou influência positiva não-significativa no desempenho (RC=1,74; $p=0,07$). Concluiu-se que a idade pode influenciar o desempenho negativamente, enquanto que o tempo de prática e a paixão obsessiva podem influenciá-lo positivamente. Entretanto, apenas a paixão harmoniosa parece ser capaz de auxiliar o atleta a se tornar mais resiliente.

Palavras-chave: Psicologia do esporte; Paixão harmoniosa; Paixão obsessiva; Resiliência; Esporte individual.

Abstract

This research aimed to analyze the relationship between passion, resilience, and performance in triathletes. The sample was composed of 78 male athletes (age = 36.97 ± 10.29 years), participating in two national-level competitions which took place in 2018. Instruments used were an identification sheet, the Passion Scale (PS), and the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10). Athletes' performance was obtained by their total time in the race. Data analysis was performed through R software (version 3.6.3), using the Shapiro-Wilk, Wilcoxon, Mann-Whitney's U, Spearman correlation coefficient and Binomial Logistic Regression tests, with significance level of $p<0.05$. Results showed that triathletes had higher levels of harmonious (Md=5.83) rather than obsessive passion (Md=3.33) ($p<0.05$). Better-ranked individuals were younger ($p<0.01$) and more passionate about the sport ($p=0.03$). Harmonious passion presented a positive and moderate correlation with resilience ($r=0.39$). Older athletes showed smaller chances to obtain better performances (OR=0.80) whereas athletes more experienced on their sport showed greater chances (OR=1.25) ($p<0.01$). Obsessive passion presented a non-significant positive influence on performance (OR=1.74; $p=0.07$). It was concluded that athletes' age may negatively influence performance whereas the time of practice and obsessive passion may positively influence it. Nevertheless, only harmonious passion seems to be able to aid the athlete in becoming more resilient.

Keywords: Sport psychology; Harmonious passion; Obsessive passion; Resilience; Individual sport.

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo analizar los niveles de relación entre pasión, resiliencia y rendimiento en triatletas. La muestra estuvo compuesta por 78 deportistas masculinos (edad = $36,97 \pm 10,29$ años), participantes en dos competiciones realizadas en la ciudad de Matinhos/PR, en 2018. Los instrumentos utilizados fueron una ficha de identificación, la

Escala de la Pasión (PS) y la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson de 10 ítems (CD-RISC-10). El rendimiento de los atletas se midió por el tiempo total en la carrera. Los análisis de los datos se realizaron a través del software R (versión 3.6.3), utilizando las pruebas de Shapiro-Wilk, Wilcoxon, U-Mann-Whitney, correlación de Spearman y Regresión Logística Binomial, con nivel de significancia de $p < 0,05$. Los resultados mostraron que los triatletas tenían niveles más altos de pasión armoniosa (Md = 5,83) que de pasión obsesiva (Md = 3,33) ($p < 0,05$). Los individuos mejor colocados en las competiciones fueron los más jóvenes ($p < 0,01$) y más apasionados por el deporte ($p = 0,03$). La pasión armoniosa ha presentado una correlación positiva y moderada con la resiliencia ($r = 0,39$). Los atletas de mayor edad tenían menores posibilidades de obtener un mayor rendimiento (RC = 0,80) mientras que los deportistas más experimentados en el deporte tenían mayores posibilidades (RC = 1,25) ($p < 0,01$). La pasión obsesiva tuvo una influencia positiva no significativa en el rendimiento (RC = 1,74; $p = 0,07$). Se concluyó que la edad puede influir negativamente en el rendimiento, mientras que el tiempo de práctica y la pasión obsesiva pueden influir positivamente en él. Sin embargo, solo la pasión armoniosa parece ser capaz de ayudar al atleta a volverse más resistente.

Palabras clave: Psicología del deporte; Pasión armoniosa; Pasión obsesiva; Resiliencia; Deporte individual.

1. Introdução

O triathlon é um esporte composto por três modalidades esportivas diferentes (natação, ciclismo e corrida) que tem conquistado a atenção de pessoas do mundo todo (Bitencourt & Nogueira, 2006; Kleanthous, 2016). Por ser um esporte de *endurance*, individual, com provas de longas distâncias e durações que podem ultrapassar oito horas contínuas de exercício físico (Ironman, 2019), o triathlon apresenta uma gama de desafios que instigam seus atletas a superarem os próprios limites, solicitando, para isso, um bom preparo tanto físico como psicológico (Maxcy et al., 2019).

No que se refere à investigação dos aspectos psicológicos, a psicologia do esporte, utilizando a abordagem da psicologia positiva, busca entender as características positivas existentes nos atletas, as quais podem não só favorecer o seu desempenho esportivo como também contribuir para tornar a vida de um atleta mais significativa (Salama-Younes, 2011; Donaldson et al., 2015). Dentre esses elementos, a paixão pela atividade e a resiliência

psicológica exercem papéis importantes para o desenvolvimento do indivíduo no esporte (Vallerand, 2015; Galli & Vealey, 2008).

O Modelo Dualístico da Paixão (*Dualistic Model of Passion*; Vallerand et al., 2003) define a paixão como uma forte inclinação para a realização de uma atividade que um indivíduo gosta, valoriza e dedica uma quantidade de tempo e energia. Este modelo aborda dois tipos de paixão: harmoniosa e obsessiva. A paixão harmoniosa acontece quando a atividade é internalizada de uma forma autônoma na identidade do atleta, ocasionando em uma prática livre de pressões internas ou externas. Embora uma considerável quantidade de tempo e energia seja dedicada para o engajamento com a atividade, não há conflitos com outras áreas da vida (Vallerand, 2015). Por outro lado, a paixão obsessiva é proveniente de uma internalização controladora, decorrente de pressões intra ou interpessoais. Essas pressões controlam o indivíduo e o forçam a realizar a atividade, podendo levá-lo a vivenciar resultados menos adaptativos, além de gerar conflitos com os demais aspectos da vida (Luth et al., 2017).

No contexto esportivo, alguns estudos demonstraram que os atletas que possuem predominantemente maiores níveis de paixão harmoniosa parecem ter as necessidades psicológicas básicas de autonomia, competência e relacionamento mais satisfeitas (Kent et al., 2018), além de demonstrarem ter mais chances de vivenciarem emoções positivas (Verner-Filion et al., 2018). Relações positivas também foram encontradas entre paixão harmoniosa e satisfação com o esporte, com o trabalho e com a vida (Luth et al., 2017; Lalande et al., 2017; Verner-Filion et al., 2017; Clohessy et al., *in press*). No esporte individual, Caruzzo et al. (2020) apontou que a paixão harmoniosa também contribui para uma maior autoestima global e para maiores níveis de robustez mental.

Diferentemente, os indivíduos que demonstram uma elevada paixão obsessiva parecem ter maior facilidade de sentir emoções negativas, mesmo quando praticam a atividade preferida (Verner-Filion et al., 2018). Além disso, maiores níveis de paixão obsessiva tendem a reduzir a satisfação com a vida e com o esporte (Verner-Filion & Vallerand, 2018). No contexto do esporte individual, foi observado que a paixão obsessiva se relacionou positivamente com estresse, dependência, medo de falhar e conflitos intrapessoais, evidenciando a tendência desse tipo de paixão em conduzir os indivíduos para resultados menos adaptativos (Caruzzo et al., 2020).

Outro atributo importante para a vida e para o esporte é a resiliência, definida como uma adaptação positiva diante de uma adversidade ou trauma significativo (Luthar, 2015). De acordo com o modelo de resiliência esportiva de Galli e Vealey (2008), adversidades são

necessárias e irão causar uma agitação mental no atleta, que, por sua vez, buscará enfrentar tais dificuldades com auxílio de recursos, como o amor pelo esporte e o suporte social. Recuperar-se desse processo de agitação traz resultados positivos que tornam o atleta mais forte psicologicamente para o enfrentamento de futuras adversidades.

A literatura aponta que atletas mais resilientes demonstraram ser mais esperançosos, otimistas e persistentes, além de se sentirem mais satisfeitos com a vida (Codonato, 2017). Atletas resilientes enfrentam as adversidades utilizando estratégias de *coping* mais adaptativas, apresentam menores níveis de estresse e maiores níveis de recuperação (García-Secades et al., 2017; Codonato et al., 2018), sendo capazes de reduzir os efeitos dos estressores presentes no esporte, diminuindo os níveis de *burnout* (Wagstaff et al., 2018). Ainda, maiores níveis de resiliência se relacionaram positivamente com as emoções positivas (González et al., 2016) e com a autoestima (Bayköse et al., 2017).

Como exposto pelo modelo de resiliência, um fator importante para que o atleta consiga se adaptar positivamente diante de uma situação estressora é o amor pelo esporte (Galli & Vealey, 2008). Além do mais, o desenvolvimento de uma paixão muito forte por determinada atividade pode ser fonte de energia suficiente para que a pessoa supere obstáculos e continue engajada na prática (Vallerand, 2015). Desse modo, a paixão pode ser um elemento importante para auxiliar os atletas a se tornarem resilientes. Até o presente momento, e até onde se tem conhecimento, apenas uma pesquisa, realizada no esporte universitário, investigou essa relação entre paixão e resiliência, encontrando que a resiliência se relacionou positivamente com a paixão harmoniosa e negativamente com a paixão obsessiva (Bayköse et al., 2017).

No entanto, mais estudos são necessários para ampliar o conhecimento atual a respeito das relações estabelecidas entre essas duas variáveis psicológicas, paixão e resiliência, nos diferentes contextos esportivos, ainda não se sabendo, por exemplo, como essa relação se estabelece no triathlon. Além disso, apesar de todo o aporte teórico que aponta para as importâncias e possíveis contribuições de variáveis psicológicas para o desempenho em modalidades esportivas, o papel dessas variáveis no desempenho real de triatletas, medido de forma direta e objetiva, também configura uma lacuna na literatura atual. Nesse sentido, essa pesquisa teve como objetivo analisar a relação entre paixão, resiliência e desempenho em triatletas.

2. Metodologia

2.1 População-alvo e amostra

A presente pesquisa, de caráter transversal, teve como população-alvo 224 atletas do sexo masculino que participaram da 2ª etapa do Circuito Renault de Triathlon e da Copa Triathlon Brasil - Etapa Sul, realizadas no segundo semestre de 2018. Uma das competições (i.e., 2ª etapa do Circuito Renault de Triathlon) contou com provas de duas distâncias: *sprint* e olímpica.

Do total de 224 atletas (145 da distância *sprint* e 79 da distância olímpica), foram convidados, por conveniência, 95 competidores de ambas as provas, os quais aceitaram fazer parte da amostra do estudo. Porém, 17 destes foram excluídos da amostra final por um dos seguintes critérios: 1) não ter completado a prova; e 2) preenchimento incorreto dos questionários. Portanto, a amostra final foi composta por 78 atletas amadores do sexo masculino, sendo 51 competidores da distância *sprint* e 27 da distância olímpica, com média de idade de $36,97 \pm 10,29$ anos, tempo de prática no triathlon de $6,39 \pm 6,86$ anos e com tempo de prova entre 59,58 e 106,93 minutos para a modalidade *sprint*, e entre 120,75 e 197,73 minutos para o triathlon olímpico.

2.2 Instrumentos

Para verificar as características gerais de cada atleta, foi utilizada uma ficha de identificação contendo nome, idade e tempo de prática na modalidade. O desempenho dos atletas foi verificado de forma objetiva por meio do tempo total obtido na prova (soma dos tempos das três modalidades mais a soma do tempo das transições entre uma modalidade e outra). Os resultados das competições foram disponibilizados gratuitamente no *website* de uma das empresas organizadoras¹.

A fim de identificar os níveis de paixão dos atletas, foi utilizada a Escala da Paixão (*Passion Scale*) (Vallerand et al., 2003), em sua versão adaptada e validada para o contexto brasileiro (Prates et al., 2019). O instrumento é composto por 14 itens que avaliam as três dimensões da paixão por uma atividade: paixão harmoniosa (e.g., “minha atividade é bem integrada na minha vida”), paixão obsessiva (e.g., “eu tenho a impressão que a minha

¹ Para mais informações, visite o *website*: <http://www.chiprun.com.br/eventos/circuito-renault-de-triathlon-inverno/>.

atividade me controla”) e critério da paixão (e.g., “essa atividade é parte do que eu sou”). Para o presente estudo, o critério da paixão não foi utilizado nas análises, conforme sugerido pelo estudo de Marsh et al. (2013). A escala de respostas é do tipo *Likert* de sete pontos, variando entre (1) “não concordo em nada” e (7) “concordo muito fortemente”. A avaliação de cada subescala é realizada a partir da média das respostas obtidas nos respectivos itens que a compõem, sendo que, quanto maior o valor, maior a paixão (harmoniosa/obsessiva) pela atividade.

De modo a avaliar os níveis de resiliência dos atletas, foi adotada a Escala de Resiliência de Connor-Davidson de 10 itens (CD-RISC-10). Desenvolvida e validada por Campbell-Sills e Stein (2007) e traduzida e validada para o contexto brasileiro por Lopes e Martins (2011). Os 10 itens do instrumento (e.g., “eu consigo me adaptar quando mudanças acontecem”) são respondidos em uma escala do tipo *Likert* de cinco pontos, entre (0) “nenhum pouco verdadeiro” e (4) “quase sempre verdadeiro”. O resultado final é obtido por meio da soma dos valores de todos os itens, resultando em um escore unifatorial que pode variar entre 0 e 40 pontos, sendo que maiores valores indicam maior resiliência.

2.3 Procedimentos

Esta pesquisa foi vinculada ao projeto institucional "Processo de desenvolvimento de variáveis psicológicas positivas no contexto esportivo" aprovado pelo Comitê de Ética sob parecer nº 1.823.503/2016.

Os contatos com os indivíduos foram realizados um dia antes da competição, no congresso técnico promovido pelos organizadores das etapas, bem como após os atletas terem completado a prova. Primeiramente, foi entregue um Termo de Consentimento (TCLE) e, após a concordância e assinatura do termo, os sujeitos responderam individualmente a ficha de identificação e os questionários. Tais procedimentos levaram, em média, 15 minutos por atleta.

2.4 Análise de dados

Os dados foram analisados por meio do ambiente RStudio (versão 1.2.5) integrado ao software R (versão 3.6.3) (RStudio Team, 2019; R Core Team, 2020). A normalidade foi avaliada pelo teste de *Shapiro-Wilk* (Torman et al., 2012). Em função da distribuição não-paramétrica, adotou-se mediana (*Md*) e quartis (Q1; Q3) como estatísticas descritivas.

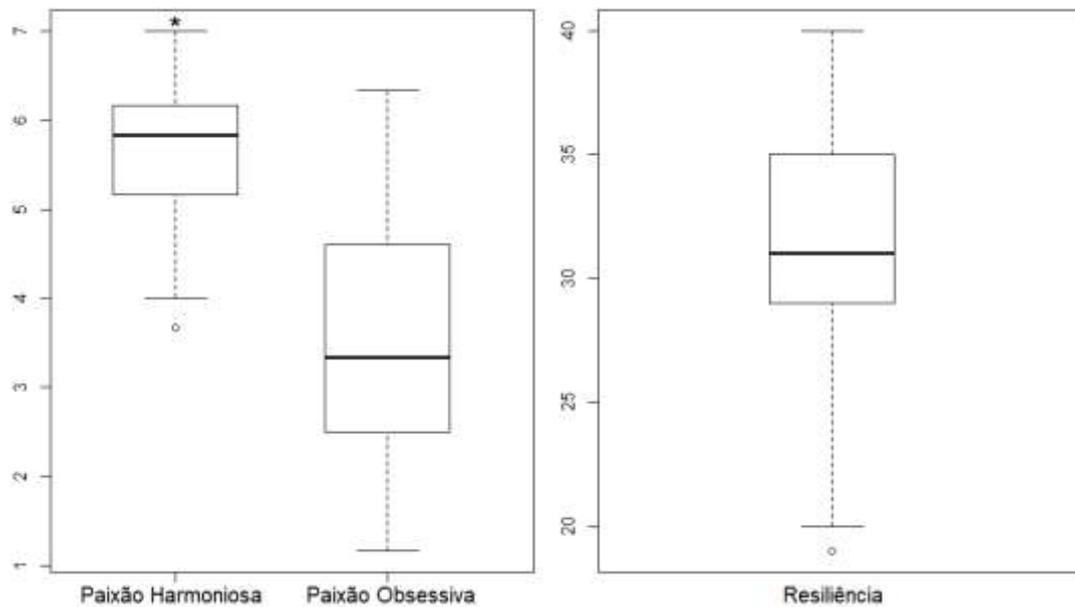
O teste de *Wilcoxon* foi aplicado para comparar os níveis de paixão harmoniosa e paixão obsessiva dos indivíduos. Para analisar o desempenho, os atletas foram divididos em dois grupos, com o intuito de entender o que diferencia os sujeitos com melhores desempenhos dos demais. Desta forma, os atletas foram classificados em um dos seguintes grupos: 1) os dez melhores colocados da categoria *sprint* e os cinco melhores colocados da categoria olímpico (Melhores colocados; n=15); e 2) Demais atletas da amostra (n=63).

Para comparar os níveis de paixão, resiliência, idade e tempo de prática entre estes dois grupos de desempenho, utilizou-se o teste *U* de *Mann-Whitney*. O coeficiente de correlação de *Spearman* foi utilizado para testar as relações entre as variáveis psicológicas, o desempenho, a idade e o tempo de prática dos atletas, independentemente de seu grupo de desempenho. A partir da categorização do desempenho em melhores colocados (n=15) e demais atletas (n=63), foi elaborado um modelo multivariado de Regressão Logística Binomial para verificar o impacto da idade, tempo de prática, resiliência e paixão sobre o desempenho dos atletas. O nível de significância adotado foi $p < 0,05$.

3. Resultados e Discussão

A Figura 1 apresenta as medidas descritivas da paixão harmoniosa, paixão obsessiva e resiliência dos atletas. Foi observado um alto nível de paixão harmoniosa ($Md = 5,83; 5,16-6,16$), foi superior ao nível de paixão obsessiva ($Md = 3,33; 2,50-4,57$) ($p < 0,001$).

Figura 1 – *Boxplots* das medidas descritivas da paixão e resiliência de triatletas brasileiros (n=78).



Fonte: Autores.

Tal resultado sugere que os triatletas não só se sentem apaixonados pelo esporte, mas acreditam que o mesmo foi internalizado, predominantemente, de uma forma autônoma na identidade e está em harmonia com os demais aspectos da vida (Vallerand, 2015; Verner-Filion & Vallerand, 2018; Curran et al., 2015).

Níveis de paixão semelhantes aos encontrados neste estudo foram evidenciados por Cid et al. (2016) em uma pesquisa com jovens atletas profissionais de natação (n = 115; 56% sexo masculino). No estudo em questão, os indivíduos também apresentaram maiores níveis de paixão harmoniosa ($\bar{X}=5,8 \pm 0,6$) do que de obsessiva ($\bar{X}=4,9 \pm 1,0$). No entanto, nota-se que os atletas de natação demonstraram paixão obsessiva elevada, diferente do que foi observado nos triatletas do presente estudo. Quando os níveis de paixão de ciclistas amadores foram investigados (n = 119; 51% sexo masculino), Luth et al. (2017) perceberam que tanto a paixão harmoniosa ($\bar{X}=6,19 \pm 0,68$) quanto a paixão obsessiva ($\bar{X}=4,42 \pm 1,34$) apresentaram níveis elevados. Porém, a paixão harmoniosa pareceu predominar na identidade dos participantes, corroborando com os presentes resultados.

No que tange à resiliência, o resultado obtido sugere que os atletas possuíam um alto nível desse constructo ($Md = 31,00$; 29,00-34,75). Com base no modelo de resiliência para o esporte, esse resultado indica que, apesar dos desafios presentes no triathlon (e.g., treinos prolongados, fadiga e dor, lesões, problemas com equipamentos, condições climáticas), os

atletas parecem ser capazes de utilizar estratégias de enfrentamento cognitivas e comportamentais, recursos pessoais (e.g., amor pelo esporte, características da personalidade) e influências socioculturais (e.g., suporte social) para lidarem com tais desafios. Com o passar do tempo, quando esses recursos são bem utilizados, resultados positivos, como a mudança de perspectiva e a motivação para ajudar outros, começam a ser desenvolvidos, servindo como prova da adaptação positiva que os indivíduos estão vivenciando (Galli & Vealey, 2008).

De forma similar, González et al. (2016) relataram que atletas de corrida de longa distância (n = 405; 54% sexo masculino) também apresentaram altos níveis de resiliência (\bar{X} = 31,14 ± 5,08), que, por sua vez, relacionaram-se positivamente com o sentimento de emoções positivas (r = 0,67). Ainda, atletas de MMA (n = 50; 100% sexo masculino) mais resilientes apresentaram estratégias de *coping* mais adaptativas e demonstravam maior recuperação relacionada ao bem-estar, ou seja, lidavam de forma mais adaptativa com as fontes de estresse vivenciadas (Belem et al., 2017).

Os resultados da comparação da idade, do tempo de prática no triathlon e das variáveis psicológicas dos atletas em função do desempenho na prova estão presentes na Tabela 1. Foram encontradas diferenças significativas para a paixão harmoniosa, paixão obsessiva e idade ($p < 0,05$), sendo que os atletas melhores colocados eram mais jovens e mais apaixonados pelo triathlon, de forma tanto harmoniosa como obsessiva, do que os demais participantes.

Tabela 1 – Comparação dos níveis de paixão, resiliência, tempo de prática e idade em função do desempenho de triatletas brasileiros (n=78).

	Melhores colocados	Demais atletas	<i>p</i>
	(n=15)	(n=63)	
	<i>Md</i> (Q1 - Q3)	<i>Md</i> (Q1 - Q3)	
1. Idade	30,00 (23,00 - 36,00)	37,00 (33,00 - 43,00)	< 0,01*
2. Tempo de Prática	5,00 (3,00 - 14,50)	3,00 (1,50 - 7,50)	0,07
3. Paixão Harmoniosa	6,00 (5,83 - 6,58)	5,83 (5,00 - 6,17)	0,03*
4. Paixão Obsessiva	4,60 (3,17 - 5,17)	3,16 (2,33 - 4,42)	0,03*
5. Resiliência	33,00 (29,50 - 34,50)	31,00 (28,50 - 34,00)	0,20

Nota. *Diferença significativa para $p < 0,05$. Teste *U* de *Mann-Whitney*.

Fonte: Autores.

As menores idades apresentadas pelos melhores colocados podem ser justificadas pelo processo natural do envelhecimento, que afeta alguns fatores fisiológicos que reduzem significativamente a capacidade motora e aeróbia e, conseqüentemente, piorando o desempenho esportivo (Katch et al., 2011). Por sua vez, o tempo de prática parece ter demonstrado tendência em ser um fator que também pode diferenciar os melhores colocados dos demais atletas. No entanto, o nível de significância foi maior do que o adotado ($p = 0,07$). Resultados semelhantes aos encontrados nesse estudo foram observados em triatletas participantes do *Ironman* Brasil ($n = 328$; 89% sexo masculino), sendo que, quanto maior era o tempo de prova, maior era a idade dos atletas ($r = 0,32$) (Garcia et al., 2019). No que se refere à paixão pelo esporte, de la Vega et al. (2016) concluíram que os atletas mais competitivos eram também mais apaixonados do que aqueles que praticavam o esporte por lazer.

Com respeito às correlações entre as variáveis, observou-se que a idade dos atletas se relacionou positiva e moderadamente com o tempo de prática no triathlon ($r = 0,42$; $p < 0,01$) e tempo total de prova ($r = 0,34$; $p < 0,01$). A paixão harmoniosa se relacionou de forma positiva e moderada com a resiliência ($r = 0,39$; $p < 0,01$). Nenhuma das variáveis psicológicas apresentaram correlações significativas com o tempo de prova medido de forma direta ($p > 0,05$).

Resultados observados em outras pesquisas dão suporte à relação positiva entre paixão harmoniosa e resiliência encontrada neste estudo. Galli e Vealey (2008) afirmaram que o amor pelo esporte pode influenciar positivamente no processo de agitação do indivíduo, ajudando-o a lidar com as adversidades e facilitando o desenvolvimento da resiliência. Além disso, a paixão parece ser capaz de manter o indivíduo engajado no esporte e também focado nos objetivos traçados (Vallerand, 2015). Ainda, Fisher et al. (2018) entenderam a paixão harmoniosa como um fator que protege os indivíduos das adversidades.

Bayköse et al. (2017) investigaram a paixão e a resiliência de 237 atletas universitários de diversos esportes e evidenciaram que maiores níveis de paixão harmoniosa estavam relacionados positivamente a maiores níveis de resiliência ($\beta = 0,56$), resultado que se assemelha ao encontrado com triatletas. Por outro lado, a paixão obsessiva pode predizer negativamente a resiliência ($\beta = -0,34$), o que não foi observado neste estudo. Vale ressaltar que o estudo citado utilizou uma escala de resiliência (*Brief Resilience Scale*) diferente da utilizada no presente estudo (CD-RISC-10) e realizaram a pesquisa com atletas universitários, sendo que ambos os fatores podem ter contribuído para essa distinção nos resultados.

Ao se analisar o impacto das variáveis sobre o desempenho, de acordo com os dois grupos criados (Tabela 2), notou-se que a idade e o tempo de prática foram os principais preditores do desempenho destes atletas.

Tabela 2 – Nível de associação entre a idade, tempo de prática, variáveis psicológicas e o desempenho de triatletas brasileiros (n=78).

	Razão de Chance (RC)	Intervalo de Confiança [IC95%]	<i>p</i>
Idade	0,80	[0,68-0,90]	<0,01*
Tempo de Prática	1,25	[1,10-1,47]	<0,01*
Resiliência	1,09	[0,89-1,37]	0,41
Paixão Harmoniosa	2,12	[0,64-8,79]	0,25
Paixão Obsessiva	1,74	[0,98-3,41]	0,07 ^a

Nota: *Associação significativa para $p < 0,05$; ^aAssociação significativa para $p < 0,10$.
Fonte: Autores.

Os resultados demonstram que o aumento da idade esteve associado a uma diminuição nas chances de concluir a prova nas primeiras colocações (RC = 0,80; $p < 0,01$). Por sua vez, o aumento no tempo de prática contribuiu para uma maior chance de terminar a prova entre os primeiros colocados (RC = 1,25; $p < 0,01$). Apesar da associação positiva de ambas paixão e resiliência com o desempenho da amostra, tais relações não apresentaram significância estatística ($p > 0,05$) em virtude de seus intervalos de confiança. Entretanto, vale destacar que a influência da paixão obsessiva esteve muito próxima do nível de significância adotado ($p = 0,07$).

Como explicado anteriormente, à medida que os atletas envelhecem, maior se torna a dificuldade de conquistar melhores desempenhos, uma vez que os indivíduos têm sua capacidade aeróbia e motora reduzida devido ao envelhecimento, comprometendo o resultado na competição (Katch et al., 2011). Por outro lado, a experiência esportiva dos atletas parece aumentar as chances de se obter um melhor resultado. Garcia et al. (2019) demonstraram que o tempo total dos triatletas na prova estava inversamente relacionado com o tempo de prática no esporte ($r = -0,25$), realçando que a experiência no triathlon pode contribuir para que os atletas alcancem melhores resultados nas competições.

Em relação às variáveis psicológicas, apesar de não ter sido encontrada nenhuma associação significativa entre as variáveis psicológicas e o desempenho no modelo de

regressão ($p > 0,05$), a paixão obsessiva esteve muito próxima de ser, com significância estatística, uma variável preditora do desempenho ($p = 0,07$). Uma vez que o nível de significância é sensível ao N amostral, o qual é relativamente baixo na presente amostra, é possível que essa relação seja confirmada, com significância estatística, em amostras maiores.

A literatura sugere que optar por um engajamento com o esporte que pretere alguns aspectos da vida em troca de um maior desenvolvimento nessa atividade pode estar em concordância com os objetivos dos atletas apaixonados obsessivamente. Portanto, entende-se que a paixão obsessiva pode contribuir para o desenvolvimento do atleta no esporte, principalmente quando altos níveis de competitividade estão presentes e quando os objetivos do indivíduo estão alinhados com as exigências do contexto (Amiot et al., 2006).

A presente investigação apresentou algumas limitações. Primeiro, o baixo N amostral limita as análises estatísticas presentes no estudo, uma vez que os resultados oriundos dos testes podem ter sido superestimados/subestimados devido ao nível de significância ser sensível ao número de participantes. Apesar dos esforços, não foi possível convidar todos os atletas inscritos para participarem da pesquisa, sendo que, ao final, somente 35% dos atletas presentes nas competições fizeram parte do estudo. Em seguida, o caráter correlacional do estudo impossibilita a determinação de causalidade entre as variáveis. Ainda, a pesquisa contou apenas com a participação de atletas do sexo masculino, não provendo evidências a respeito de triatletas do sexo feminino.

Para pesquisas futuras, sugere-se a utilização de amostras maiores e com atletas de ambos os sexos, para que seja possível a utilização de testes estatísticos mais robustos, gerando resultados mais confiáveis. Sugere-se que outras variáveis, correlatas às variáveis estudadas (e.g., necessidades psicológicas básicas, estresse, prática deliberada, qualidade da preparação esportiva, bem-estar subjetivo, metas de realização, *burnout*, estratégias de *coping*, *flow*), sejam incluídas em futuras investigações. Futuras pesquisas podem também se beneficiar da utilização de métodos mistos (qualitativo-quantitativo) e/ou desenhos longitudinais para um melhor entendimento das relações entre variáveis psicológicas e desempenho.

4. Considerações Finais

A paixão e a resiliência são constructos importantes para os triatletas, visto que ambos contribuem para o desenvolvimento no esporte. Foi evidenciado que os participantes possuíam maiores níveis de paixão harmoniosa do que de paixão obsessiva pelo triathlon e

também um nível elevado de resiliência. Além disso, os triatletas que ocuparam as melhores colocações nas provas, além de serem mais jovens, eram mais apaixonados pelo esporte, tanto harmoniosa quanto obsessivamente.

Foi encontrado que as idades dos atletas estavam diretamente relacionadas com os tempos totais de prova e também com o tempo de prática no triathlon. Além do mais, os resultados demonstraram que estar apaixonado harmoniosamente pelo esporte pode auxiliar no desenvolvimento de um perfil resiliente. Contudo, a relação entre a paixão obsessiva e a resiliência ainda é controversa e merece novas investigações.

As análises de regressão demonstraram que quanto maior era a idade dos atletas, menos chance esses indivíduos apresentavam de terminar a prova nas melhores colocações. Ainda, atletas mais experientes no esporte possuíam uma maior chance de conseguirem um melhor desempenho. Foi observada tendência em relação a associação entre a paixão obsessiva e o desempenho, sendo que, aparentemente, maiores níveis de paixão obsessiva parecem aumentar as chances de se obter um melhor resultado na prova.

Como implicações práticas, sugere-se que os triatletas e profissionais envolvidos com a modalidade estejam atentos às relações estabelecidas com o esporte, sobretudo no que se refere à paixão pelo triathlon. Perceber se o esporte se relaciona equilibradamente com outros aspectos da vida (e.g., relacionamentos afetivos, trabalho, lazer, espiritualidade, *hobbies*) somado à presença de emoções positivas e bem-estar, podem indicar paixão harmoniosa pela atividade. Por outro lado, conflitos com outras áreas da vida e o sentimento de estar sendo controlado pelo esporte podem sugerir predomínio da paixão obsessiva. Entretanto, destaca-se que, muitas vezes, a busca pelo alto rendimento ocasiona em sacrifícios nos demais aspectos da vida, condizente com elementos da paixão obsessiva. De acordo com a Associação Americana de Psicologia (APA, 2020), investir em estratégias de enfrentamento das adversidades, ter uma visão otimista e possuir uma postura de aprendizado diante dos desafios tende a ampliar a gama de “ferramentas psicológicas” que poderão ser utilizadas pelos atletas para otimizar a resiliência e o desempenho esportivo.

Essa pesquisa colabora para o avanço científico no campo da psicologia do esporte, principalmente em relação às características positivas que os atletas podem apresentar dentro do contexto esportivo, as quais favorecem a permanência e a continuidade na prática do esporte. Demonstrar equilíbrio entre os dois tipos de paixão parece ser o caminho mais viável para a conquista dos objetivos individuais no esporte, além de servir como influência positiva no processo de superação das adversidades, contribuindo para o desenvolvimento de uma vida mais significativa.

Agradecimentos

Essa pesquisa contou com o apoio financeiro do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq).

Referências

American Psychological Association [APA]. (2020). *Building your resilience*. Recuperado de <http://www.apa.org/topics/resilience>.

Amiot, C. E., Vallerand, R. J., & Blachard, C. M. (2006). Passion and psychological adjustment: A test of the person-environment fit hypothesis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(2), 220-229. <https://doi.org/10.1177/0146167205280250>.

Bayköse, N., Yavuz, S. C., Keskin, P., & Kiliç, M. (2017). Sporcularda benlik saygısı ve tutkunluğun psikolojik sağlamlığı yordama da ki rolü: bir yapısal eşitlik modeli uygulaması [The role of self-esteem and passion in determining resilience in athletes: an application of structural equation modelling]. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences*, 3(4), 169-177. <https://doi.org/10.18826/useeabd.327186>.

Belem, I. C., Santos, V. A. P. dos., Caruzzo, N. M., Rigoni, P. A. G., Both, J., & Vieira, J. L. L. (2017). What coping strategies are used for athletes of MMA more resilient to stress? *Journal of Physical Education*, 28(1), Article e-2843. <http://dx.doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2843>.

Bitencourt, V., & Nogueira, L. (2006). Triathlon: Ironman. In L. Dacosta (Ed.), *Atlas do esporte no Brasil*, 309-311. CONFEF.

Campbell-Sills, L. & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019-1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>.

Caruzzo, A. M., Contreira, A. R., Caruzzo, N. M., Ribas, M. L., Lima, A. M. de., Codonhato, R., & Fiorese, L. (2020). Passion in sport: A systematic review in the context of individual

modalities. *Research, Society and Development*, 9(8), Article e186985513. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5513>.

Cid, L., Silva, A., Monteiro, D., Louro, H., & Moutão, J. (2016). Paixão, motivação e rendimento dos atletas de natação. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 53-58. Recuperado de <https://www.riped-online.com/portuguese/abstract/passion-motivation-and-performance-of-swimming-athletes-18808.html>.

Clohessy, T., Whelan, E., & Paradis, K. F. (*in press*). Does passion for physical activity spillover into performance at work? Examining the direct and indirect effects of passion and life satisfaction on organisational performance and innovativeness. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1766537>.

Codnhato, R. (2017). *Resiliência, estresse e lesões no contexto da ginástica rítmica de elite* [Dissertação de mestrado, Universidade Estadual de Maringá]. Repositório Institucional da Universidade Estadual de Maringá. Recuperado de <http://repositorio.uem.br:8080/jspui/handle/1/5698>.

Codnhato, R., Vissoci, J. R. N., Nascimento Junior, J. R. A. do., Mizoguchi, M. V., & Fiorese, L. (2018). Impact of resilience on stress and recovery in athletes. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 24(5), 352-356. <http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220182405170328>.

Curran, T., Hill, A. P., Appleton, P. R., Vallerand, R. J., & Standage, M. (2015). The psychology of passion: A meta-analytical review of a decade of research on intrapersonal outcomes. *Motivation and Emotion*, 39(5), 631-655. <https://doi.org/10.1007/s11031-015-9503-0>.

de la Vega, R., Parastatidou, I. S., Ruíz-Barquín, R., & Szabo, A. (2016). Exercise addiction in athletes and leisure exercisers: The moderating role of passion. *Journal of behavioral addictions*, 5(2), 325-331. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.043>.

Donaldson, S. I., Dollwet, M., & Rao, M. A. (2015). Happiness, excellence, and optimal human functioning revisited: examining the peer-reviewed literature linked to positive

psychology. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 185-195. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.943801>.

Fisher, R., Merlot, E., & Johnson, L. (2018). The obsessive and harmonious nature of entrepreneurial passion. *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research*, 24(1), 22-40. <https://doi.org/10.1108/IJEER-01-2017-0011>.

Galli, N., & Vealey, R. S. (2008). "Bouncing back" from adversity: athletes' experiences of resilience. *The Sport Psychologist*, 22, 316-335. <https://doi.org/10.1123/tsp.22.3.316>.

Garcia, W. F., Codonato, R., Mizoguchi, M. V., Nascimento Junior, R. A do., Aizava, P. V. S., Ribas, M. L., Caruzzo, A. M., Vissoci, J. R. N., & Fiorese, L. (2019). Dispositional flow and performance in brazilian triathletes. *Frontiers in Psychology*, 10, 2136. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02136>.

García-Secades, X., Molinero, O., Ruíz Barquín, R., Salguero, A., de la Vega, R., & Marquez, S. (2017). Resiliencia y recuperación-estrés en deportistas de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(2), 73-80. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232017000200008.

González, S. P., Whitney, E., Moore, G., Newton, M., & Galli, N. A. (2016). Validity and reliability of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 31-39. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.10.005>.

Ironman. (2019). *Ironman World Championship*. Recuperado de <https://www.ironman.com/im-world-championship-results>.

Katch, V. L., Mcardle, W. D., & Katch, F. I. (2011). *Essentials of exercise physiology* (4th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.

Kent, S., Kingston, K., & Paradis, K. F. (2018). The relationship between passion, basic psychological needs satisfaction and athlete burnout: Examining direct and indirect effects. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12(1), 75-96. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2017-0030>.

Kleanthous, M. (2016). *The complete book of triathlon* (3rd ed.). Meyer & Meyer Sport.

Lalande, D., Vallerand, R. J., Lafrenière, M. A. K., Verner-Filion, J., Laurent, F. A., Forest, J., & Paquet, Y. (2017). Obsessive passion: A compensatory response to unsatisfied needs. *Journal of Personality*, 85(2), 163-178. <https://doi.org/10.1111/jopy.12229>.

Lopes, V. R., & Martins, M. do C. F. (2011). Validação fatorial da Escala de Resiliência de Connor-Davidson (Cd-Risc-10) para brasileiros. *Revista Psicologia, Organizações e Trabalho*, 11(2), 36-50. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572011000200004.

Luth, M. T., Flinchbaugh, C. L., & Ross, J. (2017). On the bike and in the cubicle: The role of passion and regulatory focus in cycling and work satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 37-45. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.10.003>.

Luthar, S. S. (2015). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti, & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: volume three: risk, disorder, and adaptation* (2nd ed.), 739-795. John Wiley & Sons.

Marsh, H. W., Vallerand, R. J., Lafrenière, M.-A. K., Parker, P., Morin, A. J. S., Carbonneau, N., Jowett, S., Bureau, J. S., Fernet, C., Guay, F., Salah Abduljabbar, A., & Paquet, Y. (2013). Passion: Does one scale fit all? Construct validity of two-factor passion scale and psychometric invariance over different activities and languages. *Psychological Assessment*, 25(3), 796-809. <https://doi.org/10.1037/a0032573>.

Maxcy, J., Wicker, P., & Prinz, J. (2019). Happiness as a Reward for Torture: Is Participation in a Long-Distance Triathlon a Rational Choice? *Journal of Sports Economics*, 20(2), 177-197. <https://doi.org/10.1177/1527002518758144>.

Prates, M. E. F., Vieira, L. F., & Rinaldi, I. E. B. (2019). Adaptação e propriedades psicométricas da escala da paixão para docentes. *Revista Brasileira de Educação Física e esporte*, 33(2), 227-240. <http://dx.doi.org/10.11606/1807-5509201900020227>.

R Core Team. (2020). *R: a language and environment for statistical computing*. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. Recuperado de <https://www.R-project.org/>.

RStudio Team. (2020). *RStudio: Integrated Development for R*. RStudio, PBC. Recuperado de <http://www.rstudio.com/>.

Salama-Younes, M. (2011). Towards a positive sport psychology: a prospective investigation in physical practice. *World Journal of Sport Sciences*, 4(2), 104-115. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/1b69/f8da96b424c1ba2a3ba288534e1a9f4e2a19.pdf>.

Torman, V. B. L., Coster, R., & Riboldi, J. (2012). Normalidade de variáveis: Métodos de verificação e comparação de alguns testes não-paramétricos por simulação. *Clinical & Biomedical Research*, 32(2), 227-234. Recuperado de <https://seer.ufrgs.br/hcpa/article/view/29874>.

Vallerand, R. J. (2015). *The psychology of passion: a dualistic model*. Oxford University Press.

Vallerand, R. J., Mageau, G. A., Ratelle, C., Léonard, M., Blanchard, C., Koestner, R., Gagné, M., & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756–767. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.4.756>.

Verner-Filion, J., & Vallerand, R. J. (2018). A longitudinal examination of elite youth soccer players: The role of passion and basic need satisfaction in athletes' optimal functioning. *Psychology of Sport and Exercise*, 39, 20-28. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.07.005>.

Verner-Filion, J., Schellenberg, B. J. I., Rapaport, M., Bélanger, J. J., & Vallerand, R. J. (2018). “The thrill of victory... and the agony of defeat”: Passion and emotional reactions to success and failure among recreational golfers. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 40(5), 280-283. <https://doi.org/10.1123/jsep.2017-0316>.

Verner-Filion, J., Vallerand, R. J., Amiot, C. E., & Mocanu, I. (2017). The two roads from passion to sport performance and psychological well-being: The mediating role of need satisfaction, deliberate practice, and achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise, 30*, 19-29. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.01.009>.

Wagstaff, C. R. D., Hings, R. F., Lerner, R. J., & Fletcher, D. (2018). Psychological resilience moderates the relationship between organizational stressor frequency and burnout in athletes and coaches. *The Sport Psychologist, 32*(3), 178-188. <https://doi.org/10.1123/tsp.2016-0068>.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Diego Galdino França – 35%

Renan Codonato – 30%

Lenamar Fiorese – 35%