

ESTADOS DE HUMOR DE ÁRBITROS DE FUTEBOL NÃO-PROFISSIONAL

MOOD STATES OF NON-PROFESSIONAL SOCCER REFEREES

Henrique Neu Ribeiro^{*}
Aline Renata Rentz Fernandes^{**}
Maick da Silveira Viana^{***}
Ricardo Brandt^{****}
Alexandro Andrade^{****}

RESUMO

Este estudo objetivou avaliar os estados de humor de árbitros de futebol não-profissional em momento pré-competitivo. Participaram do estudo 25 árbitros de uma competição municipal no Sul do Brasil. Os dados foram coletados antes das partidas, utilizando questionário de caracterização e a Escala de Humor de Brunel-BRUMS. Utilizou-se de testes de comparação (Mann-Whitney; Kruskal-Wallis) e correlação (Spearman) ($p < 0,05$). Árbitros que não ficam doentes apresentaram menor fadiga e tensão, enquanto os com melhor qualidade de sono estiveram menos deprimidos. Árbitros assistentes apresentaram maior tensão e fadiga, e aqueles que já participaram de jogos profissionais, maior vigor. A idade teve relação negativa com a raiva, confusão e tensão, sendo que a última também se relacionou negativamente com o tempo de experiência. Concluindo, destaca-se que os estados de humor pré-competitivo de árbitros de futebol não-profissional estão associadas à autoavaliação da saúde e sono, função e experiência na arbitragem, e idade.

Palavras-chave: Humor. Esportes. Arbitragem.

INTRODUÇÃO

Entre os diferentes personagens que compõe a prática esportiva, os árbitros são os responsáveis pelo cumprimento das regras e regulamentos das diferentes modalidades (REILLY; GREGSON, 2006). No caso do futebol, suas características fazem com que o trio de arbitragem seja responsável pelas decisões mais polêmicas de uma partida, pois uma única falha pode determinar o resultado do jogo. Assim, segundo Pereira, Santos e Cillo (2007), para ser árbitro não basta ter o conhecimento das regras e um bom preparo físico; é necessário preparo psicológico para que seja possível aplicar as regras em decisões importantes, dentro de instantes e sob a pressão

de atletas, treinadores, torcedores e meios de comunicação.

A condição estressante em que o árbitro de futebol atua é bem descrita por Silva, Rodriguez-Añez e Frómata (2002, p. 42):

“...O árbitro gasta boa parte de sua vida próximo da bola sem poder tocá-la, entre os jogadores suados, suando também, desgastando-se física e psicologicamente, correndo na chuva ou no sol, para, muitas vezes, no final de um trabalho prestado com satisfação, sair de campo aos gritos de "ladrão, ladrão"”.

Pesquisas na área da Psicologia do Esporte têm buscado melhor compreender os aspectos

* Bacharel em Educação Física. Centro de Ciências de Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

** Licenciada em Educação Física. Centro de Ciências de Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

*** Doutor. Centro de Ciências de Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

**** Doutor. Professor do Programa de Pós-Graduação do Centro de Ciências de Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

psicológicos que envolvem a arbitragem esportiva, auxiliando árbitros a terem um melhor equilíbrio psicológico antes, durante e após as partidas. Entre os temas pesquisados referentes à Psicologia da Arbitragem, é possível destacar estudos relacionados à autoestima (NUNES; SHIGUNOV, 2002), características psicológicas (GONZÁLEZ-OYA, 2004), motivação (RODRIGUÉZ; ASCANIO, 2002), agressão (FOLKESSON et al., 2002), ansiedade (GARCÍA; BARA FILHO, 2004), estresse (PEREIRA; SANTOS; CILLO, 2007; SAMULSKI, 2009) e tomada de decisão (MACMAHON et al., 2007). Por outro lado, García (2003) destaca que a arbitragem é um dos temas menos abordados na Psicologia do Esporte, sendo um campo ainda carente de pesquisas. A mesma lacuna é percebida na arbitragem do futebol brasileiro por Moura, Souza e Roazzi (2009), para os quais o árbitro é sempre tema das discussões sobre a modalidade, mas pouca atenção recebe nas pesquisas da Psicologia do Esporte.

Um exemplo é a falta de estudos que abordem os estados de humor de árbitros, sejam brasileiros ou não. Werneck, Barra Filho e Ribeiro (2006) definem os estados de humor como indicativos de saúde mental, sendo compostos por aspectos positivos e negativos de um conjunto de sentimentos que variam em intensidade e duração. As pesquisas têm investigado os estados de humor dividindo-os em seis subconstrutos independentes: tensão, depressão, raiva, vigor, fadiga e confusão (LANE et al., 2005).

De modo geral, considera-se adequado o perfil de humor que apresenta elevado nível de vigor e baixos níveis de fadiga, tensão, depressão, confusão e raiva. No caso dos atletas, este perfil geralmente está associado ao melhor rendimento esportivo (LANE; TERRY, 2000) e à saúde mental (WERNECK; BARA FILHO; RIBEIRO, 2006). Porém, em se tratando dos árbitros, não existem descrições sobre seus estados de humor, seja em momentos competitivos ou não. Tendo em vista que os estados de humor podem estar relacionados à pré-disposição para lesão, concentração, tomada de decisão, ativação, irritabilidade e excesso de treinamento (BRANDT et al., 2011), os quais interferem diretamente no ofício da arbitragem,

investigar o tema apresenta relevância tanto prática quanto científica. Tais pesquisas são favoráveis para embasar futuros cursos de formação de árbitros, reconhecendo as características psicológicas desta população e as demandas das diferentes modalidades. Também somaria à literatura informações úteis para profissionais responsáveis por intervenções psicológicas direcionadas aos árbitros (RAMÍREZ et al., 2006).

Vale destacar que uma minoria dos árbitros chega a atuar no futebol profissional e que a maior parte inicia e encerra sua carreira em competições não-profissionais. Assim, longe dos holofotes da mídia existe uma grande parcela de árbitros que convive com situações que têm forte influência sobre seus estados de humor, as quais podem ou não se assemelhar ao futebol profissional. Neste contexto, a presente pesquisa objetivou avaliar os estados de humor de árbitros de futebol não profissional em momento pré-competitivo.

MÉTODO

Participantes

A amostra foi composta por 25 árbitros com média de idade de 33 anos, sendo 07 árbitros e 18 árbitros assistentes, todos voluntários do sexo masculino. Participaram árbitros filiados a uma liga municipal de futebol que atuaram em uma importante competição municipal no Sul do Brasil. As coletas foram realizadas nas duas primeiras fases e na final da competição, sendo que todos os árbitros foram convidados a participar e aproximadamente 70% aceitaram e preencheram devidamente os instrumentos.

O campeonato em questão recebe destaque na imprensa esportiva regional, inclusive com transmissão ao vivo em redes de rádio. Trata-se de uma competição adulta não-profissional no estilo “mata-mata”, no qual existem jogos de ida e volta e cada equipe tem o mando de um dos dois jogos.

INSTRUMENTOS DA PESQUISA

Foram utilizados dois instrumentos: a) Questionário de Caracterização, e b) Escala de

Humor de Brunel-BRUMS. O questionário de caracterização foi elaborado especificamente para o presente estudo, agrupando questões novas, relacionadas ao ofício de árbitro, com outras do questionário utilizado por Andrade (2001). Quanto ao ofício, questionou-se a sua função (árbitro ou árbitro assistente), se era filiado à federação estadual, se havia atuado em jogos profissionais, a quantidade máxima de jogos realizados por mês e seu tempo de experiência na arbitragem. A partir do questionário de Andrade (2001) questionou-se a autoavaliação da saúde, a qualidade do descanso, a qualidade do sono e a frequência de adoecimento, por meio de escalas de cinco níveis. As opções para autoavaliação da saúde, qualidade do descanso e qualidade do sono variavam entre 0 (péssimo(a)) e 4 (excelente). Quanto à frequência de adoecimento, as opções variavam entre 0 (não fico doente) e 4 (quase sempre fico doente).

Para avaliação dos estados de humor, foi utilizada a Escala de Humor de Brunel-BRUMS, validada por Rohlfs (2006) para o Brasil. Tal instrumento é composto por 24 itens baseados em escala de cinco níveis (0= nada / 4= extremamente), nos quais o participante se posiciona considerando como está se sentindo no momento da coleta. Posteriormente, os itens são agrupados em seis subescalas (quadro 1), sendo cada uma composta pela soma de quatro itens: Tensão (ex.: Ansioso), Depressão (ex.: Desanimado), Raiva (ex.: Irritado), Vigor (ex.: Alerta), Fadiga (ex.: Exausto) e Confusão Mental (ex.: Desorientado).

Quadro 1 - Dimensões da Escala de Humor de Brunel-BRUMS.

Dimensão	Definição
Tensão	Estado de tensão musculoesquelético e preocupação.
Depressão	Estado emocional de desânimo, tristeza e infelicidade.
Raiva	Estado de hostilidade, relativamente aos outros.
Vigor	Estado de energia e vigor físico.
Fadiga	Estado de cansaço e baixa energia.
Confusão Mental	Estado de atordoamento e instabilidade nas emoções.

Fonte: Brandt et al. (2010).

A soma das respostas de cada dimensão resulta em um escore que varia entre 0 e 16 pontos. Em sua validação, a escala apresentou boa consistência interna, com valores de alfa de Cronbach superiores a 0,70 para todos os construtos.

Procedimentos

Realizou-se contato prévio com os representantes da liga de futebol na qual os árbitros eram filiados para explicar os objetivos da pesquisa e solicitar autorização para realização do estudo. Em seguida, o projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética da instituição onde o estudo foi realizado (protocolo nº145/2010). Previamente ao preenchimento do questionário, todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, estando cientes de que a participação na pesquisa era voluntária, anônima e que poderiam se retirar do estudo a qualquer momento.

Realizou-se contato com os participantes anteriormente às partidas para informar os propósitos da pesquisa e motivar sua participação ao expor os possíveis benefícios da pesquisa para os árbitros. Os questionários foram entregues aos árbitros 1h antes do início dos jogos, tendo a colaboração do delegado da partida para realização desta tarefa. Os questionários foram respondidos momentos antes dos jogos, dentro do vestiário destinado à equipe de arbitragem e devolvidos ao delegado para que este devolvesse aos pesquisadores.

Alguns árbitros participaram de jogos em diferentes fases do campeonato e podem ter preenchido o questionário em diferentes momentos da competição.

Análise Estatística

Os dados foram tabulados e analisados no programa *StatisticPackage for Social Sciences* – SPSS® versão 17.0. Para a estatística descritiva utilizaram-se frequências, percentuais, médias, desvios-padrão, mínimos e máximos. Quanto à análise inferencial, foram utilizados testes de comparação e correlação. Considerando que os dados não se distribuíram normalmente (teste de *Shapiro-Wilk* / $p < 0,05$), os testes utilizados para comparação dos estados de humor de grupos

com diferentes características foram o *Mann-Whitney* (comparação de dois grupos) e *Kruskal-Wallis* (comparação de mais que dois grupos) e para correlação o coeficiente de correlação de postos de *Spearman*. Estabeleceu-se α de 0,05 como nível de significância ($p < 0,05$).

RESULTADOS

A maioria dos árbitros participantes da pesquisa é casada e tem o nível médio de escolaridade. Quanto à saúde, a maior parte a autoavalia como excelente, sendo que todos pouco ou nunca ficam doentes. A autoavaliação da qualidade do descanso e sono é boa (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização pessoal e saúde de árbitros de futebol não-profissional.

Características Pessoais	Frequência	%	
Estado civil	Solteiro	12	48
	Casado	13	52
Escolaridade	Ens. Médio	14	56
	Ens. Superior	11	44
Autoavaliação da saúde	Regular	2	8
	Boa	7	28
	Excelente	16	64
Frequência de adoecimento	Não fica doente	5	20
	Fica poucas vezes	20	80
Qualidade do descanso	Ruim	2	8
	Regular	3	12
	Bom	18	72
Qualidade do sono	Excelente	2	8
	Regular	5	20
	Boa	18	72
	Excelente	2	8

No que diz respeito às características relacionadas ao ofício da arbitragem, a maior parte dos participantes é árbitro assistente, com filiação na federação estadual de futebol e já atuou em jogos de futebol profissional (Tabela 2).

Verifica-se uma expressiva variação na idade dos árbitros, nos aspectos físicos de estatura e massa corporal. O nível de

experiência e a quantidade de jogos arbitrados por mês também é variada, chegando a 18 anos de experiência e 20 jogos arbitrados por mês (Tabela 3).

Tabela 2 - Caracterização relacionada ao ofício de árbitros de futebol não-profissional.

Características	Frequência	%	
Função	Árbitro	7	28
	Assistente	18	72
Filiação à federação estadual	Sim	18	72
	Não	7	28
Já atuou em jogos profissionais	Sim	21	84
	Não	4	16

Tabela 3 - Caracterização pessoal e experiência no ofício de árbitros de futebol não-profissional.

	Mínimo	Máximo	Média	sd
Idade	22	49	33	8,4
Estatura (cm)	160	190	177	7,6
Massa corporal (kg)	62	100	78	9,4
Experiência (meses)	12	216	97	50,7
Máximo de jogos por mês	3	20	8	4,1

Tensão e fadiga foram significativamente menores entre os árbitros que afirmaram não ficar doente. Também foram significativos os resultados que apontam que árbitros com melhor qualidade de sono apresentaram menores níveis de depressão. Outras diferenças significativas foram observadas nas variáveis relacionadas ao descanso e sono, porém não foi possível identificar tendência nos resultados (Tabela 4).

Observou-se que os árbitros assistentes apresentam tensão e fadiga significativamente maiores do que os árbitros principais. Árbitros que já atuaram e os que nunca atuaram em jogos de futebol profissional têm vigor diferenciado, sendo que os que já tiveram essa oportunidade apresentaram nível de vigor significativamente mais elevado (Tabela 5).

Tabela 4 - Comparação dos estados de humor de árbitros de futebol não-profissional com diferentes características pessoais e relacionadas à saúde [\bar{x} (\pm)].

	Tensão	Depressão	Raiva	Vigor	Fadiga	Confusão
<i>Estado Civil</i>						
Solteiro	3,22 (3,31)	1,39 (2,95)	1,56 (2,74)	12,00 (3,43)	3,33 (3,27)	1,78 (2,43)
Casado	1,75 (1,88)	1,00 (1,62)	1,40 (1,78)	11,60 (2,06)	1,90 (2,24)	1,10 (1,68)
<i>Escolaridade</i>						
2º Grau	2,77 (3,00)	1,32 (2,76)	1,59 (2,59)	11,45 (2,90)	3,27 (3,15)	1,73 (2,31)
3º Grau	2,00 (2,30)	1,00 (1,59)	1,31 (1,77)	12,25 (2,56)	1,62 (2,06)	1,00 (1,67)
<i>Autoavaliação da Saúde</i>						
Regular	0,67 (1,15)	0,67 (0,57)	1,00 (1,73)	8,67 (2,88)	4,33 (1,52)	0,33 (0,57)
Boa	3,64 (2,33)	1,55 (1,96)	1,73 (1,90)	11,00 (2,93)	3,09 (2,07)	2,45 (2,20)
Excelente	2,13 (2,87)	1,08 (2,62)	1,42 (2,51)	12,54 (2,37)	2,13 (3,18)	1,08 (1,99)
<i>Frequência de adoecimento</i>						
Não fico doente	0,44 (1,01)*	0,44 (1,33)	0,33 (0,70)	12,67 (2,12)	0,67 (1,11)*	0,78 (2,33)
Poucas vezes	3,07 (2,80)*	1,41 (2,52)	1,83 (2,46)	11,52 (2,91)	3,17 (2,95)*	1,62 (1,99)
<i>Qualidade do descanso</i>						
Ruim	3,67 (6,35)	3,67 (5,50)	2,33 (4,04)	9,00 (2,64)	7,00 (4,58)**	2,00 (3,46)
Regular	4,50 (2,64)	2,50 (3,69)	4,50 (3,69)	9,25 (3,30)	5,25 (2,75)**	2,75 (2,87)
Bom	1,93 (2,23)	0,83 (1,53)	0,93 (1,46)	12,41 (2,36)	1,66 (2,02)**	1,21 (1,87)
Excelente	4,00 (0,00)	0,00 (0,00)	2,00 (2,82)	12,00 (4,24)	4,00 (1,41)**	1,00 (1,41)
<i>Qualidade do sono</i>						
Regular	4,38 (3,88)	3,13 (3,87)*	3,75 (3,28)*	10,13 (3,68)	6,25 (2,86)**	2,38 (2,66)
Bom	1,79 (2,13)	0,71 (1,43)*	0,79 (1,37)*	12,25 (2,28)	1,43 (1,81)**	1,18 (1,90)
Excelente	4,00 (0,00)	0,00 (0,00)*	2,00 (2,82)*	12,00 (4,24)	4,00 (1,41)**	1,00 (1,41)

* Diferenças significativas em nível de $p < 0,05$. ** Diferenças significativas em nível de $p < 0,01$.**Tabela 5** - Comparação dos estados humor de árbitros de futebol não-profissional em diferentes etapas de uma competição e com diferentes características relacionadas ao ofício da arbitragem [\bar{x} (\pm)].

	Tensão	Depressão	Raiva	Vigor	Fadiga	Confusão
<i>Etapa do Campeonato</i>						
1ª Fase	2,57 (2,83)	1,43 (2,82)	1,81 (2,67)	11,90 (2,94)	3,00 (3,27)	1,71 (2,43)
2ª Fase	2,71 (2,75)	1,07 (1,63)	1,29 (1,68)	11,36 (2,76)	2,50 (2,13)	1,29 (1,59)
Final	0,33 (0,57)	0,00 (0,00)	0,00 (0,00)	13,00 (1,00)	0,00 (0,00)	0,00 (0,00)
<i>Jogo de Ida ou Volta</i>						
Ida	3,00 (2,97)	1,65 (2,90)	2,15 (2,68)	11,35 (2,85)	2,15 (2,68)	1,60 (2,41)
Volta	1,83 (2,35)	0,67 (1,32)	0,72 (1,40)	12,28 (2,65)	1,72 (1,93)	1,22 (1,66)
<i>Função</i>						
Árbitro	1,00 (1,58)*	0,77 (1,53)	0,77 (1,48)	12,23 (1,87)	1,23 (2,20)*	0,77 (1,53)
Assistente	3,20 (2,91)*	1,40 (2,64)	1,84 (2,52)	11,56 (3,13)	3,28 (2,90)*	1,76 (2,60)
<i>Filiado à FCF</i>						
Sim	2,83 (2,86)	1,48 (2,58)	1,66 (2,43)	12,00 (2,82)	2,59 (3,06)	1,62 (2,19)
Não	1,22 (1,85)	0,22 (0,44)	0,89 (1,53)	11,11 (2,57)	2,56 (2,06)	0,78 (1,56)
<i>Já Atuou em Jogos Profissionais</i>						
Sim	2,44 (2,68)	1,22 (2,45)	1,53 (2,38)	12,25 (2,55)*	2,50 (2,99)	1,38 (1,94)
Não	2,50 (3,20)	1,00 (1,54)	1,17 (1,60)	9,33 (2,73)*	3,00 (1,89)	1,67 (2,87)

* Diferenças significativas em nível de $p < 0,05$.

A idade teve relação negativa moderada com a tensão e a confusão, e negativa fraca com a raiva. Em relação ao tempo de experiência na arbitragem, este teve relação negativa fraca com

a tensão. A quantidade de jogos realizados no mês não apresentou relação significativa com algum dos estados de humor (Tabela 6).

Tabela 6 - Relação dos estados de humor com características pessoais e experiência no ofício de árbitros de futebol não-profissional.

	Tensão	Depressão	Raiva	Vigor	Fadiga	Confusão
Idade	- 0,563**	- 0,248	- 0,334*	- 0,187	- 0,311	- 0,504**
Tempo de experiência	- 0,377*	- 0,067	- 0,112	- 0,015	- 0,084	- 0,241
Quantidade de jogos (mês)	0,122	0,157	0,025	- 0,238	0,006	0,160

* Correlação é significativa para o nível $p < 0,05$. ** Correlação é significativa para o nível $p < 0,01$.

DISCUSSÃO

O objetivo desta pesquisa foi avaliar os estados de humor de árbitros de futebol não-profissional em momento pré-competitivo. Grande parte do conhecimento sobre os estados de humor no esporte é proveniente de pesquisas com atletas, não sendo comum encontrar publicações envolvendo árbitros, sejam de futebol ou outras modalidades esportivas.

Árbitros que ficam doentes poucas vezes tiveram tensão mais elevada do que aqueles que não ficam doentes. A tensão se refere à alta tensão musculoesquelética, a qual pode ser observada por meio de manifestações psicomotoras como a agitação e inquietação, por exemplo (TERRY, 1995). Deste modo, a tensão elevada pode deixar o árbitro tenso ou trêmulo, interferindo em seu controle motor e prejudicando-o fisicamente durante a partida; inclusive aumentando a fadiga quando os níveis são excessivamente elevados (SCHINKA; VELICER; WEINER, 2003). Árbitros que não ficam doentes também apresentaram menor fadiga. A fadiga representa um estado de esgotamento, apatia e baixo nível de energia, sendo que seus sintomas podem provocar alterações na atenção, concentração e memória, além de distúrbios de humor e irritabilidade (LANE; TERRY, 2000), as quais seriam prejudiciais para um árbitro. É importante ressaltar que ambas as avaliações, relacionadas à saúde e aos estados de humor, são subjetivas e dependem de como o árbitro se percebia no momento pré-competitivo. Embora não seja possível confirmar uma relação direta entre essas variáveis, parece importante que o árbitro

esteja preocupado com sua saúde física e mental; tendo conseqüentemente estados de humor mais positivos e melhor condição psicológica para o desempenho de seu ofício.

Embora existam relações entre os estados de humor e o sono (MAH et al., 2011), estudos indicam que algumas variáveis mediam essa relação, como sexo e idade, por exemplo (CAMPOS-MORALES et al., 2005; JEAN-LOUIS et al., 1998). Na presente pesquisa, os árbitros com pior qualidade de sono apresentaram maiores níveis de depressão. A depressão representa um estado depressivo, no qual a inadequação pessoal se faz presente, indicando um humor deprimido, e não depressão clínica (GALAMBOS et al., 2005). Níveis elevados de depressão podem representar um aspecto negativo, comprometendo a qualidade da arbitragem, pois representam a autoimagem negativa e autodesvalorização, além de tristeza e isolamento emocional (SCHINKA; VELICER; WEINER, 2003; BECK; CLARK, 1988; WATSON; CLARK; TELLEGEN, 1988). Desta forma, um árbitro pode ser influenciado pelas pressões externas com maior facilidade e não demonstrará convicção nas suas decisões, prejudicando a arbitragem e a sua relação com os atletas. Sugere-se, então, que árbitros invistam em estratégias que possam melhorar a qualidade de seu sono e que os cursos de formação de árbitros ofereçam informações que possam contribuir nesse sentido.

De acordo com Rech, Daronco e Paim (2002), um bom árbitro deve influenciar no jogo por meio de sua simples presença, levando os atletas a evitar violações às regras. Para ter uma boa atuação, deve-se manter certas características

em campo: consistência, comunicação, capacidade de decisão, equilíbrio, integridade, capacidade de julgamento, confiança, prazer e motivação. Deste modo, alterações nos fatores do humor que comprometem a atenção e a concentração podem afetar o desempenho do árbitro no exercício de sua função, pois durante a realização de uma partida o árbitro não pode ter qualquer tipo de descuido, seja em situações mais simples, como na reposição de bola por arremesso lateral, ou mais críticas, como na marcação de um tiro penal.

Os árbitros assistentes estiveram mais tensos e mais fadigados do que os árbitros principais. Embora tomem menos decisões, as intervenções dos árbitros assistentes geralmente têm interferência importante em uma partida, como a indicação de uma posição de impedimento, se a bola ultrapassou totalmente a linha de meta entre seus postes etc. Ser menos acionado e estar com tensão elevada pode prejudicar a concentração do árbitro assistente, aumentando as chances de uma tomada de decisão equivocada. Em relação à fadiga, o fato desta ser mais elevada nos árbitros assistentes pode demonstrar um preparo físico inferior, o que leva a uma percepção maior de fadiga. De acordo com Reilly e Gregson (2006), os árbitros assistentes percorrem em média 7.500 m por partida e chegam a atingir 65% de seu VO_{2max} , enquanto o árbitro principal se desloca em média 10.000 m e atinge até 80% de seu VO_{2max} . É possível que a maior exigência física de sua função faça com que o árbitro principal tenha melhor preparo físico, e mesmo com maior consumo energético durante a partida se sinta menos fadigado. Vale destacar ainda que as coletas foram realizadas antes das partidas, diminuindo a interferência de jogos precedentes em suas respostas.

Os árbitros que atuam ou já atuaram em jogos de futebol profissional apresentam maior vigor do que os que nunca tiveram essa oportunidade. O vigor se caracteriza por sentimentos de excitação, disposição, energia física, e está relacionado ao bom preparo físico e psicológico (TERRY, 1995). É importante levar em consideração que existem testes físicos para o ingresso nas federações de futebol, o que possibilita a participação em jogos profissionais. Trata-se de testes recomendados pela FIFA, nos quais Silva (2005) verificou que 37,1% dos árbitros da Federação Paranaense de Futebol não

foram aprovados. Desta forma, as exigências para que um árbitro possa participar de uma partida profissional podem explicar o maior vigor destes em comparação aos que participam apenas de jogos não-profissionais.

A idade apresentou relação negativa com a tensão, a raiva e a confusão, e o tempo de experiência com a tensão. Árbitros mais jovens ou menos experientes podem se sentir mais ansiosos e com sentimentos de incerteza, além de apresentar maior irritabilidade (ROHLFS, 2006). Com o passar do tempo, a vivência de diferentes situações inerentes ao ofício da arbitragem faz com que o árbitro se adapte a diferentes situações. O estudo de Folkesson et al. (2002), por exemplo, demonstrou que árbitros de futebol mais jovens se mostraram mais propensos a serem influenciados e sofriam mais ameaças e agressões do que os de maior idade. Então, situações como estas podem interferir especialmente nos estados de humor dos árbitros menos experientes, que normalmente são os mais jovens.

É um agravante para o árbitro o fato de as pessoas não compreenderem a sua função dentro do futebol. Por este motivo, veem o mesmo como um personagem alvo de críticas e protestos, muitas vezes grosseiros, por parte de pessoas pouco informadas. Nesse meio conturbado de pressão, ansiedade, nervosismo e de estresse, são necessárias ações de apoio aos árbitros. Desta forma, a ciência pode dar importante contribuição, porém, ainda, são escassos os estudos nesta área (SILVA, 2005; GARCÍA, 2003), demonstrando a pouca atenção que é dada à população de árbitros em geral.

Rieira (apud PEREIRA; SANTOS; CILLO, 2007) afirma que para melhorar o contexto da arbitragem é necessária a dedicação. Além disso, ações devem estar voltadas para a melhor formação e para as competências pertinentes à arbitragem. A formação não deve se resumir ao estudo de regras, mas também a trabalhos psicológicos e conhecimentos de outros aspectos que envolvem esta área.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora os estados de humor componham uma temática nova na área da Psicologia da Arbitragem, os resultados do presente estudo

oferecem apoio empírico para a proposta de investigar esses construtos com árbitros de futebol. Reconhecendo os grupos que apresentam estados de humor mais negativos é possível planejar intervenções mais efetivas para a melhoria da saúde mental do árbitro, resultando em melhor qualidade de vida e rendimento em seu ofício.

Com base na análise e discussão dos resultados, pode-se afirmar que características pessoais, de saúde e do ofício da arbitragem estão associadas aos estados de humor de árbitros de futebol não-profissional. Mais especificamente, é possível destacar que árbitros com mais idade, com melhor saúde e qualidade de sono apresentam estados de humor mais positivos. Em relação ao ofício da arbitragem, apresentam melhor perfil de humor os que atuam como árbitros principais e aqueles que já participaram de jogos profissionais.

Finalizando, é importante destacar algumas limitações do presente estudo, com fim de direcionar futuras pesquisas que objetivem aprofundar o conhecimento sobre os estados de humor de árbitros de futebol. É interessante que sejam realizadas avaliações dos estados de humor em outros momentos pré e pós-competitivos, possibilitando um conhecimento mais amplo sobre a influência de um evento esportivo sobre os estados de humor dos árbitros. O fato de alguns dos árbitros terem participado da pesquisa em diferentes fases do campeonato também representa uma limitação, porém a avaliação em diferentes fases de uma competição constantemente levará à mesma situação. Também se destaca que os presentes resultados partem de uma delimitação específica e que pesquisas em outras realidades regionais e esportivas são incentivadas e necessárias.

MOOD STATES OF NON-PROFESSIONAL SOCCER REFEREES

ABSTRACT

This study evaluated the mood state of non-professional soccer referees in pre-competitive period. To this end, 25 referees from the southern Brazil have participated. Data were collected before participation in matches of a local competition, using the characterization questionnaire and Brunel Mood Scale-BRUMS. Were used comparison (Mann-Whitney; Kruskal-Wallis) and correlation tests (Spearman) ($p < 0.05$). Referees who do not get sick had less fatigue and tension. Lower depression was observed in those with better quality of sleep. Assistant referees had higher tension and fatigue than the principal referees. Those who participated in professional matches had higher vigor. The age was negatively correlated with anger, confusion and tension. Tension was negatively correlated with the time of experience in arbitration. Concluding, the mood state of non-professional soccer referees in pre-competitive situation is related to the self-evaluation of health, sleep, function and experience in arbitration and age.

Keywords: Mood. Sports. Refereeing.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, A. **Ocorrência e controle subjetivo do stress na percepção de bancários ativos e sedentários: a importância do sujeito na relação "atividade física e saúde"**. 2001. 279 f. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção)-Centro Tecnológico, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2001.
- BECK, A. T.; CLARK, D. A. Anxiety and depression: an information processing perspective. **Anxiety Research**, London, v. 1, no. 1, p. 23- 36, 1988.
- BRANDT, R. et al. Relações entre os estados de humor e o desempenho esportivo de velejadores de alto nível. **Psicologia: teoria e prática**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 117-130, 2011.
- BRANDT, R. et al. Estados de humor de velejadores durante o Pré-Panamericano. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 834-840, out./dez. 2010.
- CAMPOS-MORALES, R. M. et al. Sleepiness, performance and mood state in a group of Mexican undergraduate students. **Biological rhythm research**, Abingdon, v. 36, no. 1, p. 9-13, 2005.

- FOLKESSON, P. et al. Soccer referees' experience of threat and aggression: effects of age, experience, and life orientation on outcome of coping strategy. **Aggressive Behavior**, Malden, v. 28, p. 317-327, 2002.
- GALAMBOS, S. A. et al. Psychological predictors of injury among elite athletes. **British journal of sports medicine**, London, v. 39, no. 6, p. 351-354, Jul. 2005.
- GARCÍA, F. G. **Psicología del arbitraje y el juicio deportivo**. Barcelona: INDE, 2003.
- GARCÍA, F. G.; BARA FILHO, M. G. La ansiedad rasgo y estado entre árbitros de diferentes modalidades deportivas y no árbitros. **Revista entrenamiento deportivo**, A Coruña, v. 28, n. 4, p. 19-25, 2004.
- GONZÁLEZ OYA, J. L. **Características psicológicas en árbitros de fútbol**. 2004. 497 f. Tese (Doutorado em Ciencias de la Actividad Física y del Deporte)-Facultade de Ciencias da Educación, Universidad de Vigo, Vigo, 2004.
- JEAN-LOUIS, G. et al. Mood states and sleepiness in college students: influences of age, sex, habitual sleep, and substance use. **Perceptual and motor skills**, Missoula, v. 87, no. 2, p. 507-512, 1998.

- LANE, A. M. et al. Mood, self-set goals and examination performance: the moderating effect of depressed mood. **Personality and individual differences**, Oxford, v. 38, p. 143-153, 2005.
- LANE, A. M.; TERRY, P. C. The nature of mood: development of a conceptual model with a focus on depression. **Journal of applied sport psychology**, Oxon, v. 12, p. 16-33, 2000.
- MACMAHON, C. et al. Decision-making skills and deliberate practice in elite association football referees. **Journal of sports sciences**, Oxon, v. 25, no. 1, p. 65-78, 2007.
- MAH, C. D. et al. The effects of sleep extension on the athletic performance of collegiate basketball players. **Sleep**, Westchester, v. 34, no. 7, p. 943-950, 2011.
- MOURA, S.; SOUZA, B. C.; ROAZZI, A. Julgamento de lances futebolísticos: comparação entre árbitros de futebol e torcedores. **Interamerican journal of psychology**, Porto Alegre, v. 43, n. 2, p. 383-394, 2009.
- NUNES, R.; SHIGUNOV, V. Auto-estima do árbitro de futebol profissional do estado de Santa Catarina. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 13, n. 2, p. 71-79, 2002.
- PEREIRA, N. F.; SANTOS, R. G. M.; CILLO, E. N. P. Arbitragem no futebol de campo: Estresse como produto de controle aversivo. **Revista brasileira de psicologia do esporte**, São Paulo, v. 1, p. 2-10, 2007.
- RAMÍREZ, A. et al. Programa de intervención psicológica con árbitros de fútbol. **Revista de psicología del deporte**, Palma, v. 15, n. 2, p. 311-325, 2006.
- RECH, C. R.; DARONCO, A.; PAIM, M. C. C. Tipo de temperamento dos árbitros de futebol de campo da Federação Gaúcha de Futebol Sub-sede de Santa Maria – RS. **Lecturas, Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, n. 48, mai. 2002. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd48/arbit1.htm>>. Acesso em: 24 nov. 2011.
- REILLY, T.; GREGSON, W. Special populations: the referee and assistant referee. **Journal of Sports Sciences**, London, v. 24, no. 7, p. 795-801, Jul. 2006.
- RODRÍGUEZ, G. M.; ASCANIO, C. G. Las motivaciones de los árbitros de fútbol. **Revista de Psicología del Deporte**, Barcelona, v. 11, no. 1, p. 69-82, 2002.
- ROHLFS, I. C. P. M. **Validação do teste BRUMS para avaliação de humor em atletas e não atletas brasileiros**. 2006. 110 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano)-Centro de Ciências da Saúde e do Esporte, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.
- SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.
- SCHINKA, J. A.; VELICER, W. F.; WEINER, I. B. **Handbook of psychology: research methods in psychology**. New Jersey: Wiley, 2003.
- SILVA, A. I. Aptidão física do árbitro de futebol aplicando-se a nova bateria de testes da FIFA. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 16, n. 1, p. 49-57, 2005.
- SILVA, A. I.; RODRIGUES-AÑEZ, C. R.; FRÓMETA, E. R. O árbitro de futebol – uma abordagem histórico-crítica. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 39-45, 2002.
- TERRY, P. C. The efficacy of mood state profiling with elite performers: a review and synthesis. **The Sport Psychology**, Champaign, v. 9, no. 3, p. 309-324, set. 1995.
- WATSON, D.; CLARK, L. A.; TELLEGEN, A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. **Journal of personality and social psychology**, Washington, DC, v. 54, n. 6, p. 1063-1070, jun. 1988.
- WERNECK, F. Z.; BARA FILHO, M. G.; RIBEIRO, L. C. S. Efeito do exercício físico sobre os estados de humor: uma revisão. **Revista brasileira de psicologia do esporte e do exercício**, São Paulo, v. 0, p. 22-54, 2006.
- WIELENSKA, R. C. Terapia comportamental do transtorno obsessivo-compulsivo. **Revista brasileira de psiquiatria**, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 62-64, out. 2001.

Recebido em 24/02/2012

Revisado em 28/09/2012

Aceito em 03/10/2012

Endereço para correspondência:

Maick da Silveira Viana. Centro de Ciências da Saúde e do Esporte, Laboratório de Psicologia do Esporte e do Exercício. Rua Pascoal Simone, 358, CEP: 88080-350, Coqueiros. Florianópolis - SC. E-mail: efisica@gmail.com