

Talent Development in Adapted Sport - A Study with Portuguese Elite Athletes

O Desenvolvimento do Talento no Desporto Adaptado – Um Estudo com Atletas de Elite Portugueses

Liliana Domingues¹, Hugo Sarmento^{1,2}

¹Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra; ²Centro Investigação Desporto e Atividade Física (CIDAF)

Abstract

The objective of this study was to focus on the retrospective analysis of the sports journey of athletes with disabilities through training and psychosocial factors.

To this end, a semi-structured interview was used, in a field of study with seven subjects, who had an average age of $42,71 \pm 6,79$ years. The interviews were first transcribed ad verbatim and later analyzed through the software Nvivo 11. The categories were elaborated a priori and a posteriori. The software SPSS v. 23.0 was used to calculate the measures of central tendency and dispersion.

The results showed that the majority of the athletes did not suffer influences from the brothers and friends and that they received a great support from the coaches. Concerning the parents, we found that they didn't exert any pressure on their sports performance. Concerning training patterns, we conclude that they finished their sporting careers later than the athletes of the sport not adapted, and that many of the interviewed athletes start the practice in a structured way, also later. Nevertheless, we have found that they rarely accumulate a time of deliberate practice that reaches 10000 hours or 10 hours of practice. Regarding the age of start of practice of a specific sport activity, we verified that the values presented do not corroborate the existing literature.

The specificities of the interviewed practitioners provided a set of results that allowed us to inquire about some characteristics that seem to be associated with achieving high levels of yield. Nevertheless, the literature in this field is still scarce.

Keywords: Expertise, disability, psychosocial patterns, training patterns

Resumo

O objetivo deste estudo centrou-se na análise retrospectiva do percurso desportivo de atletas de excelência do desporto adaptado através dos fatores de treino e psicossociais.

Para tal, recorreu-se a uma entrevista semiestruturada, num campo de estudo com sete sujeitos, praticantes de desporto adaptado que apresentaram uma média de idades de $42,71 \pm 6,79$ anos. As entrevistas foram primeiro transcritas ad verbatim e mais tarde analisadas através do programa Nvivo 11. As categorias foram elaboradas à priori e à posteriori. Para cálculo das medidas de tendência central e de dispersão foi usado o SPSS v. 23.0.

Os resultados demonstraram que a maioria dos atletas não sofreu influências por parte dos irmãos e dos amigos e que receberam um grande suporte dos treinadores. Sobre o papel dos pais, constatamos que estes não exerceram qualquer pressão relativamente ao seu rendimento desportivo. Quanto aos padrões de treino, concluímos que terminam as suas carreiras desportivas mais tarde que os atletas do desporto não adaptado, e que muitos iniciam a prática de forma estruturada, também mais tarde. Não obstante, verificámos que raramente acumulam um tempo de prática deliberada que atinja as 10000 horas ou 10 horas de prática. Relativamente à idade de início de atividade específica verificámos que os valores apresentados não corroboram com a literatura existente.

As especificidades dos praticantes entrevistados providenciaram um conjunto de resultados que nos permitiram indagar acerca de algumas características que parecem estar associadas ao atingir de elevados patamares de rendimento. Não obstante, a literatura neste campo é ainda escassa e necessita de um aprofundamento considerável.

Palavras-Chave: Expertise, Deficiência, Padrões Psicossociais, Padrões de Treino

*Autor para correspondência

Correio electrónico: liliana_sa_domingues@hotmail.com (Liliana Domingues)

Código: DAFPT_19_01_05

Introdução

O termo “talento” tem origem latina “*talentum*”, derivada do grego “*tálanos*”, e define-se como: (1) conjunto de aptidões, naturais ou adquiridas, que condicionam o êxito em determinada atividade; (2) nível superior de certas capacidades particularmente valorizadas; (3) grande inteligência; agudeza de espírito; (4) engenho; habilidade; ou (5) pessoa que sobressai pela aptidão excepcional para determinada atividade. Se contextualizarmos a palavra talento à área do desporto, o termo “talento desportivo”, pode designar indivíduos que possuem um potencial, uma aptidão especial ou uma grande aptidão para o desempenho desportivo (Böhme, 2002). Para Borms (1997), um indivíduo considerado um talento desportivo pode ser definido como aquele que, num determinado estágio de desenvolvimento, dispõe de certas características somáticas, funcionais, psicológicas e de um envolvimento social que o poderá capacitar para altas performances em determinadas modalidades desportivas. Por sua vez Gagné (2000), sugere que os talentos são o produto de uma interação de predisposições naturais com o ambiente, ou seja, com os contextos físicos e sociais que envolvem o indivíduo, mas também da aprendizagem e do treino eficaz.

Com o passar do tempo, é possível verificar que existem jovens atletas que demonstram ter potencial para se tornarem atletas de elite. No entanto, muitos deles acabam por não atingir um nível de excelência (Ericsson, Krampe, & Tesch-Romeret, 1993). Nesse sentido, Vaeyens, Güllich, Warr, & Philippaerts (2009) postulam que, cada vez mais, se desenvolvem estruturas devidamente sistematizadas com o intuito de se conseguir identificar os atletas talentosos por forma a promover o seu desenvolvimento num determinado desporto.

Segundo Delgado (2000), para que um talento consiga alcançar a excelência necessita de passar por um processo de evolução, designado de desenvolvimento de talento. Também Weineck (2000), considera que o desenvolvimento de talentos é um processo ativo e pedagógico de mudanças, orientado através do treino e das condições que o meio ambiente oferece, servindo de base para um desempenho desportivo eficaz nas categorias subsequentes, especificamente a de profissional.

A par com este processo de desenvolvimento de talentos, ocorre o processo de deteção de talentos, uma temática que assenta numa perspetiva multifatorial, englobando a influência dos fatores genéticos e ambientais na busca da excelência desportiva. Diversos autores (e.g., Salmela & Régnier, 1983; Bompa, 1985; Carzola, 1989) consideram que a deteção de talentos representa um elemento próprio da organização desportiva, e que se trata de um processo sistemático e planeado (a médio e a curto prazo). A deteção de talentos engloba todos os procedimentos utilizados para determinar se um sujeito possui ou não condições para integrar um nível de treino avançado com vista ao alto rendimento (Bohme, 2000; Kiss, Bohme, Mansoldo, Degaki, & Regazzini, 2004).

Ainda que seja um campo de estudo de elevado interesse no desporto não adaptado, o mesmo não se verifica no que concerne ao desporto adaptado. Neste sentido, grande parte da literatura existente no desporto adaptado de elite avalia os resultados obtidos das provas ao mais alto nível como, por exemplo, nos Jogos Paralímpicos (Pradon et al., 2014; Prins et al., 2016), sendo muito raros os estudos que se centram na temática da identificação e desenvolvimento de talentos.

Celestino & Pereira (2016), destacaram alguns “aspectos fundamentais do Long-Term Athlete Development para atletas com deficiência (Higgs, Balyi, Cardinal, Norris & Way, 2012) como um modelo eclético e inclusivo que a um só tempo promove a excelência desportiva, não olvida os ideais do desporto para todos, assim como procura ir mais além na promoção e manutenção da prática desportiva ao longo da vida”. Nas suas conclusões plasmam que o modelo que pretendiam realçar é uma ferramenta importante no desenvolvimento de programas desportivos adaptados para as diferentes organizações desportivas como, por exemplo, federações, associações, clubes. Outro dos raros estudos existentes nesta área é o de Mauerberg-Castro, Figueiredo, Iasi, Geluk & Bagatini (2016), que teve por objetivo analisar, criticamente, o processo de transição na carreira de atletas paralímpicos. Apontando eventos críticos como lesões, os autores concluíram que, apesar da existência de bons programas institucionais, os resultados de longo prazo e com uma comunidade mais ampla e diversa ainda não se verificam.

Tendo em conta o anteriormente plasmado, o objetivo deste estudo centrou-se na análise retrospectiva do percurso desportivo de atletas de excelência do desporto adaptado através da análise dos fatores de treino e psicossociais.

Metodologia

Campo de estudo

Para a realização deste estudo foram selecionados sete atletas de elite do desporto adaptado. A seleção dos atletas realizou-se de acordo com critérios de inclusão previamente definidos: (1) atleta sénior; (2) ter participado em mais que uma prova de carácter internacional, e; (3) ter ganho pelo menos uma medalha. Todos os entrevistados foram atletas paralímpicos, e pertenciam a diversas modalidades como, por exemplo: atletismo (n=5), boccia (n=1) e natação (n=1), perfazendo um total de sete atletas (n=7). Os inquiridos eram homens e tinham idades compreendidas entre os 31 e os 54 anos, apresentando uma média de idades de 42,71 ± 6,79 anos. A cada atleta foi atribuído um número de modo a proteger seu o anonimato, embora tenham fornecido permissão para que o seu nome constasse entre os entrevistados. Na tabela 1 apresentamos alguns dados referentes a estes atletas, tais como a sua classificação desportiva e o número de internacionalizações (maioria dos atletas não conseguiram precisar).

Tabela 1- Caracterização dos atletas participantes no estudo

Atleta	Idade (M±DP)	Modalidade	Classificação Desportiva	Nº Internacio- nalizações
Atleta 1	31	Natação	S9	>20
Atleta 2	54	Boccia	BC1	> 20
Atleta 3	42	Atletismo	B2	> 7
Atleta 4	42	Atletismo	T11	> 23
Atleta 5	42	Atletismo	T12	>25
Atleta 6	46	Atletismo	T46	4
Atleta 7	42	Atletismo	T53	7

Instrumentos

A recolha de dados foi realizada através da realização de uma entrevista semiestruturada. Neste estudo as entrevistas foram realizadas de forma presencial. O guião da entrevista do presente trabalho foi baseado numa adaptação do guião de entrevista de Côté, Salmela, Baria & Russell (1993), e cumpriu as etapas de validação seguintes: (1) elaboração de uma primeira versão do guião tendo em conta a bibliografia da temática; (2) validação da primeira versão do guião, efetuada por 2 peritos doutorados em Ciências do desporto, especialistas em metodologia qualitativa; (3) reformulação do guião tendo em conta as sugestões dadas pelos peritos; (4) realização de uma entrevista piloto; (5) adaptação de aspetos específicos do guião em função da entrevista piloto.

Procedimentos

Inicialmente, para obtenção do seu consentimento, os participantes foram contactados por telefone ou por e-mail, no sentido de serem informados acerca dos objetivos do estudo. De seguida foram agendados os dias para a realização de cada entrevista. Cada uma destas entrevistas decorreu no lugar à escolha do atleta entrevistado. Para além das questões colocadas e que estavam no guião da entrevista, foram explorados outros temas que surgiram no decorrer da entrevista.

Análise dos dados

Tendo em conta que o guião da entrevista continha uma parte qualitativa e outra quantitativa, para analisar os dados decorrentes da realização desta, utilizámos tanto procedimentos qualitativos, quanto quantitativos. Neste sentido, o tratamento de dados qualitativos seguiu as seguintes etapas: (1) as entrevistas foram transcritas ad verbatim para suporte informático para permitir uma maior facilidade no manuseamento do seu conteúdo; (2) leitura e análise cuidada do conteúdo das entrevistas; (3) identificação dos indicadores com o intuito de organizar as informações; e por último; (4) análise indutiva e dedutiva dos indicadores encontrados com o intuito de os agrupar em subcategorias e categorias. Depois da transcrição de cada entrevista foi utilizado o software

"NVivo 11", para Windows. As categorias de análise foram definidas à priori e à posteriori. As grandes dimensões de análise foram centradas nos padrões psicossociais e padrões de treino dos atletas, sendo que destas emergiram subcategorias dependentes das respostas dos atletas.

Relativamente aos dados quantitativos foi utilizado o software "SPSS" v. 23. 0, de modo a calcular as medidas de tendência central e de dispersão.

No sentido de se assegurar a qualidade dos dados, foi promovida uma revisão dos dados pelos participantes, após a transcrição das entrevistas. Foi possibilitado que nesta fase, os participantes alterassem/modificassem/corrigissem algumas das suas declarações.

Adicionalmente, o processo dedutivo-indutivo de análise dos dados, foi realizado, de forma independente por dois investigadores. Por fim, recorreu-se a uma opinião externa (consultoria) de um investigador especialista na psicologia do desporto, que verificou a codificação efetuada.

Resultados

Padrões de Treino

No que concerne ao efeito da idade relativa podemos verificar (tabela 2) que quatro dos entrevistados nasceram nos primeiros meses do ano, enquanto que os restantes nasceram nos meses finais.

Tabela 2- Data e Mês de Nascimento dos Atletas

Atleta	Data de Nascimento	Semestre
Atleta 1	21/01/1987	1º
Atleta 2	25/10/1963	2º
Atleta 3	11/11/1976	2º
Atleta 4	04/05/1975	1º
Atleta 5	02/10/1975	2º
Atleta 6	14/04/1971	1º
Atleta 7	25/05/1975	1º

Face às questões sobre as atividades que desenvolveram na juventude, foi possível verificar que todos os atletas entrevistados referiram não ter participado em qualquer atividade de índole musical e/ou artístico. No entanto, é notável a sua participação em atividades desportivas diversificadas, como se pode verificar na tabela 3. No sentido de se analisar o número de horas acumuladas neste tipo de atividades estruturadas, procedeu-se a uma estimativa do número total de horas acumuladas ao longo dos diferentes estágios de desenvolvimento: (1) diversificação - até aos 12 anos; (2) especialização - dos 13 aos 15 anos; investimento - dos 16 aos 18 anos.

Tabela 3 - Total de horas acumuladas em práticas estruturadas

Atleta	Atividade	Horas acumuladas	Total de Horas
Atleta 1	Natação	1584	
	Futebol	320	2024
	Ténis	120	
Atleta 2	Lançamento Precisão	480	960
	Lançamento ao Alto	480	
Atleta 3	Judo	288	
	Rugby	288	912
	Boxe	336	
Atleta 4	Atletismo	0	0
Atleta 5	Futebol	120	
	Voleibol	120	560
	Atletismo	240	
	Natação	80	
Atleta 6	Atletismo	120	120
Atleta 7	Atletismo	1008	
	Ciclismo	576	1584

A análise do percurso destes atletas (tabela 4) permitiu ainda concluir que iniciaram a prática de forma não estruturada em idades muito dispares; nomeadamente, entre os 3 e os 18 anos. Uma análise individual permitiu perceber que o atleta que iniciou a prática mais tardia foi o único entrevistado que usa uma cadeira de rodas para se mover. Se atentarmos na experiência desportiva destes atletas sob a forma estruturada, pudemos verificar que apenas o atleta 1 iniciou esta prática de forma antecipada relativamente aos restantes atletas, sendo que foi o único a indicar que iniciou a prática na sua modalidade por recomendação médica.

A resposta à idade com que os atletas começaram a utilizar todo o seu tempo de lazer para treinar revelou uma grande amplitude de resultados (entre os 3 e os 43 anos). Quanto mais cedo iniciaram a prática de forma estruturada mais cedo utilizaram todo o tempo de lazer para treinar, como se pode verificar na tabela 4. Ao analisarmos o momento do primeiro contacto com um treinador, verificámos que segue a mesma lógica da questão anterior, ou seja, que quanto mais cedo iniciaram de forma estruturada mais cedo tiveram o seu primeiro contacto com um treinador, como seria de esperar.

No que concerne à idade com que atingiram o seu potencial máximo, pudemos verificar que todos os inquiridos o atingiram numa idade adulta e que a maioria deles reportou ter sido depois dos 40.

Tabela 4- Desenvolvimento e objetivos desportivos específicos

Atleta	Idade de Início de Prática Não Estruturada	Idade de Início de Prática Estruturada	Idade de início em que todo o tempo de lazer é para treinar	Idade do Primeiro Contacto Treinador	Idade do Potencial Máximo
Atleta 1	6	2	3	8	25
Atleta 2	18	18	18	18	54
Atleta 3	3	11	11	11	45
Atleta 4	6	20	20	20	30
Atleta 5	10	14	14	14	25
Atleta 6	6	29	43	43	49
Atleta 7	11	20	30	28	45

No que toca à questão sobre com que idade é que se iriam retirar da modalidade, todos os entrevistados revelaram dificuldade, num primeiro momento, em responder. Não obstante, após alguns momentos de reflexão indicaram que seria depois de Tóquio, momento de realização dos próximos Jogos Paralímpicos.

“Trinta e quatro anos. Tenho Tóquio estipulado. Quando for a Tóquio tenho 34 anos e, de seguida, acabou!” (Atleta 1)

“Mas penso continuar, estou com 42, portanto pretendo chegar aos 50, pelo menos...” (Atleta 5)

“É assim, eu costumo dizer que: assim como o atletismo de uma forma mais séria chegou até mim, no dia que eu tiver de abandonar por algum motivo, seja ele por falta de resultados ou por não conseguir atingir esses mesmos objetivos, sairei de cabeça levantada. Não vou andar a arrastar, enquanto tiver prazer e for feliz, muito bem, quando tiver de dizer adeus,

se tiver que ser daqui a um ano, é daqui a um ano se tiver de ser daqui a quatro é daqui a quatro. Vamos andando e vamos vendo como as coisas correm.” (Atleta 6)

“Quería chegar a Tóquio e depois Paris. Ainda queria chegar a Paris será aos 49/50 anos.” (Atleta 7)

Ainda em relação a este tópico pudemos verificar que a maioria dos atletas se vai retirar com uma idade superior aos atletas do desporto não adaptado. Quando se abordou o tema da retirada da modalidade foram mencionadas as razões de permanência que se apresentam de seguida. Não existem dados relativos às razões do abandono, porque todos os atletas entrevistados se mantinham em atividade aquando da realização da entrevista.

“Gosto pela modalidade, os resultados. Eu não me consigo ver neste momento sem a natação, o gosto não o conquistei desde início, mas fui aprendendo a gostar, por isso, o que dizer? Estás com a pessoa empenhada a 200%. Eu dou por mim a passar horas a ver natação, a ver as provas, a viver aquilo tudo natação quase no meu dia-a-dia. Eu fui aprendendo a gostar graças aos resultados.” (Atleta 1)

“Porque gosto de correr, gosto da modalidade. Faz-me bem a mim, ao corpo, à alma e ao espírito. Faz bem a tudo, por isso é que eu continuo a fazer. Quando não me sentir bem e não desfrutar da corrida vou deixar.” (Atleta 3)

“Permaneci por vários motivos. Primeiro é porque eu sou muito exigente e exijo muito de mim, e o atletismo ao nível que está precisa dessa adrenalina. E depois por uma coisa muito mais importante que é nunca desistir, e, sempre que as coisas correm mal, eu penso sempre dar a volta e superar isso. Por isso é que não desisti, já nem é pela a questão da saúde ao alto nível já não sei se é assim tão saudável, mas é pela vontade de superação.” (Atleta 4)

“Tive tudo e mais alguma coisa para dizer: está quieto fica sentadinho no sofá, não te metas nisso, muitas vezes mesmo. Mas se calhar, também foi por causa disso, por o fruto proibido ser o mais apetecido, não é o que dizem? E a mim, parecia-me que havia muita gente a querer-me roubar isso, e, provavelmente foi isso que ainda me deu mais força para trabalhar e para dizer: eu vou conseguir contra tudo e contra todos. Poderá ter sido isso, não sei se posso ser eu a querer arranjar motivos para continuar. Posso dizer que foi simplesmente o gosto que eu tenho pelo desporto. Agora que eu tive muitas ocasiões

que as pessoas me disseram está quieto, não faças isso” (Atleta 7)

De seguida, procurou-se perceber qual a idade em que os atletas atingiram a sua melhor performance nos diversos escalões. Pudemos constatar (tabela 5) que nem sempre existem provas nos diversos níveis competitivos, ou então, que nem sempre os atletas participam nas provas existentes. No entanto, no decorrer das entrevistas pudemos confirmar que a falta da resposta a alguns dos níveis questionados se relaciona com a inexistência de provas nos diversos níveis. concluímos também pela diversidade de idades em que atingiram tal nível nos diferentes níveis competitivos. Por exemplo, a nível do clube existem atletas que foram um dos 5 melhores com 15 anos e outros que foram com uma idade bastante mais avançada como por exemplo o atleta 7 que foi um dos 5 melhores com 41 anos. Um outro exemplo, foi na primeira presença na seleção nacional em que as idades variam entre os 15 e os 43 anos.

Tabela 5-Idades (anos) em que os atletas entrevistados consideram ter atingido a melhor performance nos diversos escalões

Atleta	Nível Clube		Nível Distrital		Nível Nacional		Qualidade da primeira Presença Seleção*
	Qualidade se consideram dos 5 Melhores	Qualidade se consideram o Melhor	Qualidade se consideram dos 5 Melhores	Qualidade se consideram o Melhor	Qualidade se consideram dos 5 Melhores	Qualidade se consideram o Melhor	
1	21	21	15	15	15	15	15
2							32
3	20	20	20	20	20	20	16
4	30	32			32	32	21
5	15	15	15	15	15	29	29
6					43	43	43
7	41	41			39	39	39

Por último, comparamos a constituição física dos atletas com os seus pares. Pela análise da tabela seguinte pudemos verificar que grande parte dos atletas competia e treinava com pares da mesma idade, ou seja, se o atleta treinava com pares mais velhos iria competir com mais velhos, se treinava com pares mais novos competia com mais novos. Observamos apenas uma exceção no atleta 5, que treinava com pares mais velhos, mas quando competia os seus pares seriam de idade idêntica.

Quanto à sua estatura pudemos verificar que mais uma vez não se verifica um padrão, verificando-se apenas que duas vezes foram abordadas as respostas de mais alto e mais atlético.

Tabela 6- Características do atleta em comparação com os pares

Atleta	Idade dos pares para os quais competiram	Idades dos pares com os quais treinava	Constituição Física
Atleta 1	Mais velhos	Mais velhos	Mais alto, mais atlético
Atleta 2	Mais velhos	Mesma ou mais novos	Mesma
Atleta 3		Mais velhos	Mais atléticos
Atleta 4	Mais novos	Muito mais novos	Mais ou menos regular
Atleta 5	Mesmo escalão	Mais velhos	Mais pesado
Atleta 6	Mais novos	Mais novos	Mais alto
Atleta 7	Mais velhos	Mais velhos	Mais baixo, menos massa muscular

Padrões Psicossociais

Iniciámos esta secção procurando indagar acerca da influência dos pais no seu envolvimento desportivo, nomeadamente tentando perceber os seus comportamentos de suporte ou pressão. No que toca ao suporte parental constatámos que apenas os atletas 3 e 7 referiram não sentir qualquer suporte nem pressão parental, sendo que estes atletas referiram existir uma atitude neutra nos seus progenitores, ou então, que tal situação se devia ao falecimento dos mesmos.

“Os meus pais nunca pressionaram, deixaram-me à vontade. Desde que fizesse aquilo que gostava, se não fosse roubar nem matar.” (Atleta 3)

“Olha o meu pai faleceu quando tinha eu 9 anos e a minha mãe faleceu em 2010, também pouco ou nada assistiu da competição. Nunca tive muito apoio antes pelo contrário. Hoje percebo! Pela minha mãe, eu não praticava atletismo. Ela tinha medo que eu me magoasse, o que é o grande problema da maior parte dos pais de jovens com deficiência. Quando uma pessoa tem uma deficiência parece que quanto mais se mexer, pior vai ser para ela. Ainda há muita gente a pensar assim, e a minha mãe pensava igual. A única coisa que ela tinha medo

era que eu caísse e partisse uma perna ou me magoasse. E daí ela dizer cada vez que eu saía para o treino: vê lá se te vais magoar e se vens para casa com a cabeça partida. Em vez de ser o: Vai! Força, estamos cá para te apoiar! Era: Vais ficar aqui que ainda te vais magoar!” (Atleta 7)

Todos os outros afirmaram que os pais os apoiavam a 100% nas suas opções, apesar de um atleta afirmar que os pais o apoiavam, mas não estavam presentes devido à distância que existia entre eles.

“Aí a situação era que eu estou a 500 km, eles não têm uma influência direta por causa disso.” (Atleta 4)

Relativamente à pressão parental todos afirmaram que os pais não os pressionavam. Já no suporte dado pelo treinador, apesar de quase todos os entrevistados atribuírem uma taxa alta, notámos que muitos se referem ao treinador atual e que muitos deles tiveram mais que um treinador na fase adulta.

“Trabalho como treinador e, para mim, é um trabalho também paternal. Acho que o treinador substitui a figura paternal ou deve substituir, se bem que há muitos treinadores que não são nada assim, e que um dia estão aqui e noutro dia já estão noutro lado. Sempre tive muita atenção por parte do meu treinador pois o meu clube disponibilizou um treinador para estar com os atletas de nataçao adaptada, neste caso, para estar comigo. Ao longo dos anos fui continuando e eles deram todo o apoio ao treinador. Esse treinador, hoje em dia, vive 24 horas para mim, se eu tiver que trabalhar às 4 manhã eu vou treinar às 4 da manhã, se eu tiver de treinar agora saio daqui e ligo-lhe e vou treinar agora. Isto nunca acontece porque há sempre as horas de descanso e eu respeito porque ele também tem de descansar, mas muitas vezes vamos para estágios durante 3/4/5 semanas e isso consome muito tempo da parte dele. A nível de expertise não há muito a dizer, apesar de não ter uma licenciatura, tem os três graus da nataçao e é um treinador com muitas capacidades, inovador, tenta sempre aprender saber novos métodos de trabalho. ele é o meu padrinho de casamento. São dezoito anos de ligação.” (Atleta 1)

“Tive experiências positivas com todos. Os três davam o treino e até me acompanhavam no treino. Dois deles até já foram meus guias agora nos paralímpicos. Não eram só treinadores eram também colegas de competição, que eu só utilizo dois guias nas maratonas. E também, sempre que puderam acompanharam-me, levaram-me e acompanharam-me nas provas e ajudaram-me

também na competição. Salvo algumas vezes que não puderam por causa de família ou outros compromissos, sempre estiveram presentes na preparação de tudo tanto a treinar como a nível de uma amizade como também nas competições.” (Atleta 4)

“Porque o Ricardo Ribas é um nome conhecidíssimo do atletismo nacional e eu não vejo o porquê de mudar porque estou satisfeito quer com os métodos dele enquanto treinador enquanto homem e amigo. Está presente para resolver qualquer situação que possa surgir... tem tantos conhecimentos, não sei se é a palavra correta, ele tem os conhecimentos que é necessário para ser treinador de alguém que ande no atletismo” (Atleta 5)

Quanto à influência que os irmãos poderiam ter tido no seu percurso desportivo, verificámos que todos atribuíram uma pontuação baixa e que apenas o atleta 1 atribui uma pontuação mais elevada, mas, segundo o mesmo, a influência gerou-se no sentido aposto, ou seja, não foi o irmão que o influenciou, mas sim o inverso.

“Vou ser sincero. Acho que eu a influenciei mais do que ela me influenciou a mim porque ao longo dos anos, eu fui começando a ganhar algumas coisas E ela começou a gostar mais da natação. Depois começámos os dois na natação e ela também fazia ginástica e ténis. Entretanto ao longo dos anos ela vai começando a interessar-se pela natação” (Atleta 1)

“Estou a 500 km, a maioria deles não tem uma influência direta por causa disso, nenhum deles pratica desporto, mas não são nem contra nem a favor. Gostam de ver o irmão às vezes na televisão, seguem os resultados” (Atleta 4)

No que diz respeito à influência dos pares da escola no seu percurso desportivo pudemos verificar que apenas os atletas 3 e 6 atribuíram a pontuação máxima, sendo que o atleta 3 atribuiu também pontuação máxima à influência dos pares da modalidade, de forma contrária ao atleta 6 que atribui uma pontuação mínima. Curiosamente, ambos os atletas tinham respondido anteriormente que o suporte dos pais seria nulo. Todos os outros atletas afirmaram, em ambos os casos, que a influência dos pares quer da escola quer da modalidade seria praticamente inexistente.

Tabela 7- Análise de fatores relacionados com a influência de pais e irmãos

Atleta	Estágio	Suporte Parental (%)	Pressão Parental (%)	Suporte Treinado (%)	Influência de Irmãos (1 a 5)
Atleta 1	6 até 12	100	0	100	3
	13-15	100	0	100	3
	16-18 Agora	100	0	100	3
Atleta 2		100	0	100	0
Atleta 3	Boxe	0	0	100	1
	Atletismo	0	0	100	1
Atleta 4		50	0	50	1
Atleta 5	13-15	100	0	80	1
	16-18 Agora	100	0	80	1
Atleta 6		100	0	100	1
Atleta 7		0	0	100	1

*Alguns dos atletas não têm valores descritos por estágios pois não apresentavam a deficiência na altura.

Quando questionados acerca do seu melhor amigo (da escola ou do desporto) as respostas foram diversas, ou seja, o melhor amigo pertencia a “zonas” diferentes para todos.

A nível de recursos de treino, apenas três dos atletas entrevistados atribuíram uma pontuação de 100 %, sendo a pontuação mais baixa de 50%.

“Eu tenho acesso fácil às piscinas e aos ginásios e a tudo o que preciso e não pago. Aliás os custos de financiamento não sou eu que pago, recebo para fazer isto, não recebo aquilo que eu gostaria de receber, isto é quase como se fosse um segundo trabalho. Eu trabalho 3/4/5 horas, é o partimezinho que é a natação, não é? Mais o meu trabalho, logo acho que devíamos ser mais bem pagos. No desporto em geral, todos vão dizer o mesmo. O meu nível de treino não é aquilo que eu pretendia porque eu sou o melhor da minha equipa. Gostava de ter ali dois ou três iguais a mim para me ajudar a incentivar. Há muitos anos

que treino sozinho por isso lá está é uma das razões para não ser 100%.” (Atleta 1)

“Na Argentina era tudo difícil não treinávamos numa pista de atletismo, treinávamos num terreno tipo um pinhal ou na estrada. A nível de material praticamente eram uns ténis, calções, uma t-shirt e um relógio com cronómetro, tipo um casio daqueles antigos e um boné. E a nível financeiro era a família, a própria família financiava tudo não havia clube que financiasse, era praticamente um grupo de amigos. Agora é atletismo adaptado, pertence ao projeto paraolímpico, todo o material que eu adquire é aprovado pelo coordenador depois é reintegrado o dinheiro, tudo o que for necessário de material, deslocações são pagas. Está tudo resguardado pelo projeto. Na preparação paraolímpica, não é imediato, se calhar compro uns ténis agora, mas são pagos na semana que vem, demoram a pagar, mas o dinheiro é reintegrado. Posso ter o material que eu preciso tenho GPS e material para treinar. Se necessário podemos adquirir material para fazer reforço muscular e temos direito a massagem de recuperação muscular” (Atleta 5)

“No meu caso acho que 100%, porque eu tenho os apoios do estado, posso ir treinar a um estádio municipal, tenho facilidade de acesso, eu, como sendo atleta de alta competição tenho essa facilidade. Depois preciso de comprar ténis e roupa, tenho esse dinheiro para comparar qualquer coisa, não quer dizer que as outras pessoas o tenham, eu sim. No boxe se calhar não tinha esse apoio porque no boxe é um desporto mais... Não tinha uma estrutura tão grande como tem o atletismo, mas pronto para o que era, eu não treinava a 100% como agora. Agora há umas condições que na altura não porque o boxe era feito mais nos bairros e nos clubes. Hoje em dia há academias preparadas com condições para eu treinar esse tipo de treino. Mas pronto para mim nunca é o espaço nem o material que faz o atleta, mas sim o atleta que se faz a si mesmo. Se quisermos muito fazer tentamos arranjar recursos materiais para conseguirmos chegar onde nós queremos. (Atleta 3)

“Imagina que tu és uma atleta olímpica, se precisares de treinar, a única coisa que precisas é de ter vontade e vais treinar, não precisas de ninguém que te leve para o treino, não precisas de ninguém que esteja contigo no treino. Nas pessoas com deficiência isso é diferente, as classes com mais deficiência precisam sempre de ter um acompanhante, os cegos precisam de ter lá um guia, os atletas de Boccia precisam de ter lá também um técnico atleta. Agora imagina um atleta olímpico que tem durante o ano, para se preparar 30000 €, e um atleta paralímpico que tem 8000 €. Se pensares que esses 8000€

têm que ser divididos por duas pessoas, vais ver que não vais ter dinheiro para competir a nível internacional. No meu caso, que sou das classes mais baixas os 8150 € são para gerir entre mim e a minha esposa que tem de me acompanhar. Isto é nossa luta, há uma discriminação. Nós quando vamos ao pódio a bandeira que sobe é a mesma que sobe para um atleta olímpico, o hino que toca é o mesmo que toca com atleta olímpico e esta discriminação, quando nós temos mais despesas que os atletas olímpicos, está a deixar-nos frustrados. Gostaríamos de fazer mais e nós temos ganho mais medalhas e temos menos recursos. Se formos fazer um levantamento ao longo dos últimos anos, em Portugal, têm vindo a perder muitas medalhas no desporto adaptado. Porquê? Os outros países estão a apostar no desporto adaptado e nós não. Nós estamos a chegar a que... ainda agora viemos do campeonato do mundo de atletismo de Londres e trouxemos 4 medalhas, coisas que há 10 anos vínhamos carregados com 10/ 12/15 medalhas, isto porquê? Não se apoia o desporto adaptado, os atletas começaram a não ter dinheiro para investir do bolso e começamos a ficar para trás comparativamente com os outros países. E é isto, nós gostávamos de que fosse mudado, que nos apoiassem devidamente porque quando somos chamados a representar o nosso país podemos representá-lo com qualidade. Além das verbas, as condições de treino que os atletas têm os materiais são extremamente caros são coisas que não estão ao nosso alcance e que deveriam estar para nós estarmos mais bem preparados.” (Atleta 7)

Quando abordámos o conceito do comprometimento as respostas foram quase sempre no mesmo sentido, o máximo que se pode esperar.

“Eu sempre estive comprometido com as coisas, eu queria participar nas provas, queria ganhar as provas. Sempre tive bastante comprometido todos os 100%, salvo algumas coisas, 90% comprometido.” (Atleta 5)

“300% quando é como lhe disse atrás, se não, não fazia sentido ter dito atrás que me dedico de corpo e alma. Enquanto estiver com disponibilidade e conseguir treinar... ia agora dizer que estava a 60 %, não, é completamente 300% e quando não tiver essa... quando não pensar assim não ando aí a fazer nada “ (Atleta 6)

Discussão

Padrões de treino

Ericsson et al., (1993) apresentaram o Modelo da Prática Deliberada, que se rege pela regra dos 10 anos

ou das 10000 horas de prática. De acordo com os autores, para atingir um nível de elite, os atletas necessitariam de acumular um tempo de prática deliberada de acordo com o postulado anteriormente. Para os atletas com deficiência, os resultados obtidos não corroboram esta teoria, uma vez que nenhum deles acumulou uma prática de 10000 horas, sendo que apenas um apresenta 10 anos de prática (atleta 1) já que começou a praticar natação aos 2 anos de idade por indicação médica, sendo que todos os outros iniciaram a sua prática mais tarde e nenhum atingiu essa marca. Se não tivermos em consideração o atleta referido anteriormente, que apesar de não ter acumulado 10000 horas, praticou por um período de 10 anos, o segundo atleta que apresentou o maior número de horas de prática deliberada (1584 horas) ficou muito aquém das 10000 horas sugeridas na teoria de Ericsson e colaboradores (1993). Neste sentido, a especificidade própria do desporto adaptado, em que os atletas adquirem a deficiência já numa fase mais avançada, ou então, a tentativa de proteção por parte dos progenitores, ou a dificuldade de recursos adequados (e.g. instalações, técnicos) favorece que os mesmos apresentem níveis mais reduzidos de prática deliberada ao longo da fase inicial da sua vida, contrariamente aquilo que tem sido amplamente estudado no âmbito do desporto não adaptado (Baker, Coté, & Abernethy, 2003; Baker, Coté & Deakin, 2005; Berry, Abernethy, & Coté, 2008), se bem que mesmo neste contexto se tem vindo a provar que, com um menor número de horas, se pode atingir níveis de elite (Helsen, Starkes & Hodges, 1998; Hax, 2014).

A idade característica para o início da atividade desportiva tem sido alvo de ampla discussão entre a comunidade científica, mantendo-se o paradigma da generalização (Filin, 1996; Bompa, 2002) vs especialização da prática (Arena & Bohme, 2000). Os resultados do estudo realizado por Ribeiro, Vasconcelos & Santana (2013), apresentam uma média de idade de $13,12 \pm 2,56$ anos para atletas de voleibol de desporto não adaptado enquanto que para Santana & Ribeiro (2010), os resultados apresentaram média de idade de $10,56 \pm 3,82$ anos, relativamente a atletas de futsal de desporto não adaptado. No caso da natação a idade de início que mais se aproxima do atleta entrevistado seria de 3-7 anos (Silva, Fernandes & Celani, 2001 cit. Vonhausen in Tubino (1979), Bauermeister in Tubino (1979)) e no do atletismo os valores variaram entre os 7 e os 14 anos (Silva et al., 2001 cit. Bondartchuck, (1989); Ferreira, (1989); Bompa (1998). Apenas dois dos atletas que praticam atletismo apresentaram um valor que vai de encontro aos apresentados no trabalho de Silva et al., (2001), atleta 3 e atleta 5. Desta forma, os resultados do presente estudo parecem sugerir que os atletas do desporto adaptado apenas conseguem encontrar “o seu caminho” numa fase mais tardia, se comparados com atletas do desporto não adaptado.

Relativamente à idade com os atletas inquiridos atingiram o potencial máximo, os resultados demonstraram que a maioria o atingiu com idade próxima dos 40 anos, contrariando os valores dos atletas de desporto não adaptado que, segundo Weineck (2000), atingem o seu potencial máximo entre os 27 e os 30

anos. Anteriormente, Darisa & Farinha (1995) concluíram que os nadadores do desporto não adaptado atingem o seu “pico” de forma entre os 17 e os 21 anos. Não obstante, os resultados do nosso estudo indicam que os atletas do desporto adaptado atingem o seu potencial máximo perto dos 40 anos.

No que concerne ao tipo de prática (estruturada vs não estruturada), Coutinho & Mesquita (2017) consideram que este é um dos temas que tem estado permanentemente na agenda dos investigadores que centram a sua atenção nesta área do conhecimento. Através do presente estudo concluímos que grande parte dos atletas iniciou, primeiro, a prática não estruturada e, mais tarde, a prática estruturada, havendo apenas dois casos diferentes: (1) o atleta 1 que primeiramente iniciou a prática estruturada, e; (2) o atleta 2 que iniciou ambas com a mesma idade. Os resultados permitem-nos também afirmar que a maioria dos atletas iniciou a prática estruturada já numa fase adulta, o que não deixa de ser contrastante com a realidade do desporto não adaptado.

Por último, fazemos referência a um constrangimento associado ao atleta que tem sido amplamente discutido na literatura, e que se refere ao efeito da idade relativa. Este efeito prende-se com a vantagem teórica que os atletas mais velhos, ou seja, nascidos nos primeiros meses do ano, têm em relação aqueles que nascem nos últimos meses do ano. Este “... efeito da idade relativa ocorre pela diferença no desenvolvimento dos aspetos físicos, emocionais e intelectuais entre crianças mais jovens e mais velhas de um grupo” (Carli, Luguetti, Ahn & Bohme, 2009, pp 26). Apesar de ser um tema amplamente abordado na literatura disponível no que concerne ao desporto não adaptado, que demonstra que efetivamente este efeito existe e perdura ao longo de todos os escalões competitivos e nas diversas modalidades, constatámos que dos sete atletas entrevistados neste estudo, quatro nasceram no primeiro semestre e os restantes três no segundo semestre, e todos eles pertencem ao desporto não adaptado de elite. Naturalmente, o número reduzido de elementos que constituem o nosso campo de estudo não permitem extrapolar qualquer tipo de conclusão neste conspecto.

Padrões Psicossociais

Segundo Barreiros, Côté e Fonseca (2013), os atletas desenvolvem-se em diversas etapas e podem ser influenciados por diversos agentes (e.g., pais, treinadores, irmãos, colegas). Os primeiros agentes que causam influência nos jovens serão os próprios pais, que poderão exercer uma influência de efeito positivo ou negativo, à qual a literatura atribui o nome de “efeito paradoxal” (Gomes, 2010). Inicialmente, quando o jovem inicia a prática desportiva os pais desempenham um papel que provoca no atleta uma melhor autoestima, sentimento de prazer, diversão e realização (Côté & Hay, 2002). Estes factos estão intimamente relacionados com os resultados do nosso estudo pois todos os atletas entrevistados garantiram que tinham o apoio dos pais, apesar de, em alguns dos casos, se verificar um apoio mais elevado que noutros. São diversas as razões

subjacentes ao maior/menor apoio que os atletas referiram sentir: a distância entre pais e filhos (atleta 4), o tempo disponível de convívio entre pais e filhos ser reduzido (atleta 3) ou facto de um dos progenitores já ter falecido (atleta 7).

“O envolvimento dos pais no desporto tende a aumentar quando os filhos apresentam potencialidades acima do habitual ou progridem para níveis de rendimento superiores, tornando-se peritos nas respetivas modalidades” do desporto não adaptado (Gomes, 2010 cit. Bloom, 1985 e Snyder & Purdy, 1982). Este fato foi contrariado nos resultados obtidos pois os atletas afirmaram que o apoio que sentiram por parte dos progenitores foi sentido sempre de igual forma. Ademais, os atletas expressaram que não sentiram que os pais os pressionassem em relação ao desporto. O contexto do desporto adaptado, tal como indicado anteriormente, poderá favorecer nos progenitores o desenvolvimento de sentimentos de apoio, mais do que de pressão uma vez que, tendo em conta a especificidade da situação dos seus filhos, a sua preocupação central será o bem estar dos seus filhos, acima de qualquer rendimento que estes possam vir a obter no desporto, ao contrário do que sucede, frequentemente, em situações do desporto não adaptado, em que os progenitores procuram que os seus filhos obtenham elevados rendimentos desportivos, vendo neste, a possibilidade de uma vida melhor para eles próprios (Vasconcelos, 2014; Ponseti, Sese & Garcia-Mas, 2016).

A relação técnico-atleta é fundamental para o percurso desportivo, uma vez que o treinador é o responsável pela preparação física, técnica e psicológica dos atletas (Brandão & Carchan, 2010). Para Horton & Deakin (2008), os treinadores têm uma elevada importância no percurso do atleta pois são eles que são responsáveis por dar instruções ou, tal como refere Starkes (2000), são eles que incentivam o atleta a treinarem a longo prazo. Relativamente ao papel do treinador na vida do atleta, todos consideram que estes os apoiavam tendo-lhes sido atribuída uma percentagem elevada de apoio, sendo que o atleta 1 até afirmou que o seu treinador é o seu padrinho de casamento.

O papel dos amigos no desenvolvimento do atleta relaciona-se com o facto de estes serem uma fonte de apoio social (Flowers & Brown, 2002). Keegan, Spray, Hardwood & Lavalley (2010) acrescentam que os pares são fontes de prazer, encorajamento e apoio. No estudo de Veigas, Catalão, Ferreira, & Boto (2009), algumas das respostas dadas à motivação para praticar desporto foram o facto de estarem com os amigos. Os resultados obtidos no presente estudo contrariam quase na totalidade o que se encontra exposto, pois apenas um dos atletas (atleta) inquirido reportou a importância da influência dos amigos. No caso do atleta em questão, terão sido os amigos que o influenciaram a iniciar a prática da atividade física, após ter ficado cego. Todos os outros afirmaram que os seus pares não tiveram influência relacionada com a modalidade. Patrick et al. (1999) consideram que os amigos contribuem para um nível de comprometimento mais elevado. Tal facto não se verificou neste estudo pois todos apresentaram um elevado nível de comprometimento para com os

objetivos, incluindo aqueles que afirmaram que os amigos não tiveram qualquer tipo de influência. Neste estudo podemos verificar que o atleta 7 afirmou que o seu melhor amigo, era ele, e que ele próprio já se incentivava, incentivando até os que o rodeavam.

Quanto aos recursos materiais, os resultados apresentaram concordância com aquilo reportado no estudo de Barreiros et al. (2013) já que alguns atletas afirmaram que inicialmente os recursos seriam mais limitados do que na atualidade que pertencem ao Projeto Paralímpico, apesar de nem todos concordarem com tal facto, como por exemplo o atleta

Conclusão

Os nossos resultados permitiram concluir que, em termos de padrões de treino e padrões psicossociais associados ao desenvolvimento do talento, a realidade do desporto adaptado é muito distinta da realidade do desporto não adaptado, visto que muitos contrariam os resultados obtidos anteriormente, em investigações realizadas no contexto do desporto não adaptado. No que toca ao tempo de prática deliberada concluímos que quase todos os atletas não cumpriram a regra das 10000 horas ou 10 horas de prática, nem as 4000 horas que têm sido apresentadas por alguns investigadores, como sendo necessárias (ou suficientes) para atingir um nível de expertise. No que diz respeito à prática estruturada e não estruturada concluímos que a maioria dos inquiridos iniciou a prática de forma estruturada numa fase adulta e que todos tiveram algum tipo de prática não estruturada. Relativamente à idade de início de atividade específica concluímos que, de uma forma geral, estes atletas tendem a iniciar a sua prática mais tarde, quando comparados com atletas do desporto não adaptado. No mesmo sentido, concluímos que os entrevistados apresentam uma idade de potencial máximo superior aos atletas do desporto não adaptado. Foi possível verificar, através da análise dos seus discursos, que muitos dos atletas entrevistados não sofreram qualquer tipo de pressão parental, apresentando sempre algum grau de apoio por parte dos mesmos ao longo do seu percurso desportivo. Relativamente ao apoio por parte do treinador concluímos que todos os atletas atribuíram uma percentagem elevada de apoio. No que concerne ao apoio dos amigos, os nossos entrevistados afirmaram não sentir qualquer tipo de influência por parte dos pares, excetuando um dos entrevistados.

Consideramos que esta temática de estudo carece de um aprofundamento muito maior na área do desporto adaptado. Neste sentido, seria desejável que futuras investigações pudessem: 1) replicar a investigação em campos de estudo mais amplos e com atletas de diferentes sexos, modalidades e níveis competitivos; 2) realizar diários de acompanhamento das atividades (padrões de treino e psicossociais) destes atletas ao longo das suas carreiras desportivas, permitindo caracterizar detalhadamente os seus percursos; 3) investigar a arquitetura psicológica dos atletas de elite do desporto adaptado.

Referências

- Arena, S. & Bohme, M. T. (2000). Programas de iniciação e especialização. *Revista Paulista de Educação Física*. 14(2). 184-195
- Baker, J., Côté, J., & Abernethy, B. (2003). Sport-specific training, deliberate practice and the development of expertise in team ball sports. *Journal of Applied Sport Psychology*. 15. 12-25.
- Baker, J., Côté, J., & Deakin, J. (2006). Patterns of early involvement in expert and nonexpert master triathletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 77. 401-407.
- Barreiros, A., Côté, J., & Fonseca, A., (2013). Sobre o Desenvolvimento do Talento no Desporto: Um Contributo dos Modelos Teóricos do Desenvolvimento Desportivo. *Revista de Psicologia del Desporte*. 22 (2). 489-494
- Berry, J., Abernethy, B., & Côté, J. (2008). The contribution of structured activity and deliberate play to the development of expert perceptual and decision-making skill. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 30. 685-708.
- Brandão, M. R. F. & Carchan, D. (2010). Comportamento preferido de liderança e sua influência no desempenho dos atletas. *Motricidade*. 6(1). 53-69
- Bohme, M.T.S. (2000). O Treinamento a Longo Prazo e o processo de Detecção, Seleção e Promoção de Talentos Desportivos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 21: (2/3). 4-10.
- Böhme M. S. T. (2002). O talento esportivo e o processo de treinamento a longo prazo. *Esporte e Atividade Física na Infância e na Adolescência – Uma abordagem multidisciplinar*. 109-122.
- Bompa, T. (1985) – Talent identification. Science periodical on research and technology in sport (February). Ottawa: Coaching Association of Canada. In Régnier, G.; Salmela, J. & Russell, S. J. *Talent detection and development in sport, in Handbook of Research in Sport Psychology*. (edited by R.N. Singer; M. Murphey and L.K. Tennant) pp. 290-313.
- Bompa, T. O. (2002). Periodização, Teoria e Metodologia do Treinamento. Phorte Editora. São Paulo
- Borms, J. (1997). Early identification and Sport Talent. A Kinanthropometric view. An Inventational paper presented at the International Symposium of Science and Technology in Sports.
- Carli, G. C., Luguetti, C. N., Ré, A. H. N., Bohme, M. T. S. (2009). Efeito da idade relativa no futebol. *Revista Brasileira Ciências e Movimento*. 17(3).25-31
- Cazorla, G. (1989) – La detection du talento sportif. AREAPS, Federación Española de Natación, Madrid
- Côté, J., Salmela, J., Baria, A., & Russell, S. (1993). Organizing and interpreting unstructured qualitative data. *The Sport Psychologist*, 7, 127-137
- Côté, J., & Hay, J. (2002). Family influences on youth sport performance and participation. In J. M. Silva & D. E. Stevens (Eds.), *Psychological foundations of sport*. 503-519
- Celestino, T., & Pereira, A. (2016). The formation and development of the adapted sports: a proposal for intervention. *Desporto e Atividade Física para Todos – Revista Científica da FPDD*. 2(1).24-33
- Coutinho, P., & Mesquita, I. (2017). O percurso para a Excelência no Desporto: O papel da quantidade e do tipo de prática no desenvolvimento do atleta e do talento. *RPCD*. 17. 324-333
- Darisa, S.C. & Farinha, F.K. (1995). Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta. *Motriz*, 1, 59-70
- Delgado, M. (2000). Entrenamiento con niños en la planificación a largo plazo: de la formación y la salud al alto rendimiento. In: *Detección de talentos y la búsqueda de la excelencia en el deporte*. Toledo
- Ericsson, K., Krampe, R., & Tesch- Romer, C. (1993). The role pf deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*. 100 (3), 363-406
- Filin, V. (1996). Desporto juvenil: teoria e metodologia – 1. ed.- Londrina: Centro de informações desportivas
- Flowers, R. A., & Brown, C. (2002). Effects of sport context and birth order on state anxiety. *Journal of Sport Behavior*, 25(1), 41
- Gagné, F. (2000) A differentiated model of giftedness and talent (DMGT). [online]. Disponível em: http://www.curriculumsupport.education.nsw.gov.au/policies/gats/assets/pdf/pold_mgt2000rtcl.pdf
- Gomes, A. R. (2010). Influência parental no desporto: A percepção de pais e jovens atletas portugueses. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 27(4), 491-503
- Hax. C. B. (2014). *O desenvolvimento desportivo a longo prazo de voleibolistas portugueses: estudo dos padrões de treino*. Dissertação de mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

- Helsen, W. F., Starkes, J. L., & Hodges, N. J. (1998). Team sports and the theory of deliberate practice. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20, 12-34.
- Higgs, C., Way, R., Balyi, I., Norris, S. & Cardinal C. (2012). *No accidental champions: Long-term athlete development for athletes with a disability*. Vancouver: Canadian Sport Centres
- Horton, S., & Deakin, J. (2008). Expert coaches in action. In D. Farrow, J. Baker and C. MacMahon (Eds.) *Developing Sport Expertise. Researchers and Coaches put Theory into Practice* (pp. 75-88). New York: Routledge.
- Keegan, R., Spray, C., Hardwood, C., & Lavallee, D. (2010). The motivational atmosphere in youth sport: coach, parent, and peer influence on motivation in specializing sport participants. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 87-105
- Kiss, M.A.P.D.M., Bohme, M.T.S., Mansoldo, A.C., Degaki E., & Regazzini, M. (2004). Desempenho e Talento Esportivos. *Revista Paulista de Educação Física*, 18: 89-100.
- Mauerberg-Castro, E., Figueiredo, G., Iasi, T., Geluk, T., & Bagatini, L. (2016). Fatores que afetam a carreira esportiva de alto rendimento do atleta Com deficiência: uma análise crítica. *Revista da Sobama*. 17(2).23-30
- Patrick, H., Ryan, A. M., Alfeld-Liro, C., Fredricks, J. A., Huda, L. Z., & Eccles, J. S. (1999). Adolescents' commitment to developing talent: the role of peers in continuing motivation for sports and the arts. *Journal of Youth Adolescence*. 28. 741-763
- Ponseti, F. J., Sese, A., & Garcia-Mas, A. (2016). The impact of competitive anxiety and parental influence on the performance of young swimmers. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*. 11 (2). 229-237
- Pradon, D., Mazure-Bonnefoy, A., Rabita, G., Hutin, E., Zory, R., & Slawinski, J. (2014). The biomechanical effect of arm mass on long jump performance: A case study of a paralympic upper limb amputee. *Prosthetics and Orthotics International*. 38(3). 248-252
- Prins, L. F., Wolters, P. C. M., Casalino, E., Zimmerman, D., Knonig, J. J., Porcari, J. P., & Foster, C. (2016). An elite runner with cerebral palsy: cost of running determines athletic performance. *S Afr J Sports Med*. 28(1).27-28
- Ribeiro, D. A., Vasconcelos, C. M., & Santana, W. C. (2013). Idade de início da prática sistemática e vínculo federativo de jogadores participantes da superliga nacional de voleibol masculino temporada 2010/2011. *Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*. 11(3). 75-85
- Santana, W. C. & Ribeiro, D. A. (2010). Idades de início de atletas de futsal de alto rendimento na prática sistemática e em competições federadas da modalidade. *Pensar a Prática*. 13(2). 1-17
- Silva, F. M., Fernandes, L., Celani, F. (2001). Desporto de crianças e jovens – um estudo sobre as idades de iniciação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. 2(1). 45-55
- Starkes, J. L. (2000). The road to expertise: is practice the only determinant? *International Journal of Sport Psychology*, 31, 431-451
- Vaeyens, R., Güllich, A., Warr, C. R., & Philippaerts, R. (2009). Talent identification and promotion programmes of Olympic athletes. *Journal of Sport Sciences*, 27, 1367-1380.
- Vasconcelos, S. F. C. (2014). *Comportamentos Parentais, Orientação Motivacional e Objetivos Desportivos: Um Estudo com Jovens Atletas*. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade do Minho
- Weineck J. (2000) *Futebol Total*. São Paulo. Phorte