

The sports assistant in elite boccia: Qualitative study about roles and motivations

O assistente desportivo no boccia de elite: Estudo qualitativo sobre funções e motivações

Filipa Romeu ¹, André Barreiros ^{2,3,4}, Tânia Bastos ²

1 Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal;

2 Centre of Research, Education, Innovation, and Intervention in Sport (CIFI2D), Faculty of Sport, University of Porto, Porto, Portugal;

3 Centro de Investigação em Desporto, Educação Física, Exercício e Saúde (CIDEFES), Universidade Lusófona, Porto, Portugal;

4 Sport, physical activity and health research & innovation center (SPRINT), Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Portugal.

Abstract

The Sports Assistant (SA) is part of the multidisciplinary teams that supports elite Boccia athletes. However, to date, no studies have explored the roles of SAs at both Club and National team levels. The objectives of the present study are to describe the roles and contributions of SAs in elite Boccia, as well as to identify their main motivations for taking on these roles. Six SAs (three males and three females), aged 32 to 58, were interviewed through semi-structured interviews, and a qualitative methodology based on content analysis was applied. The results demonstrated that SAs perform multiple tasks, such as Activities of Daily Living, Instrumental Activities of Daily Living, Planning and Organizing Daily Routines, Psychological Support, and Boccia-Specific Activities. Furthermore, the importance of the roles performed by the participants in the athletes' mental well-being was evident. Regarding the motivations of SAs to perform their duties, a diversity of motives of intrinsic nature related with the SA and of extrinsic nature related with the athlete were found. The study presents an innovative approach to the importance of Sports Assistants in elite Boccia and identifies future paths for the recognition and appreciation of support personnel in sports for people with disabilities. There is a clear need for future investment in the recruitment and specialized training of SDs and for cooperation between SDs and other members of multidisciplinary teams.

Keywords: *Physical Disability, Sports Assistant Coach, Personal Support, Motivation, Roles and Responsibilities*

*Autor para correspondência

Endereço eletrônico:

filiparomeucavadas@hotmail.com

(Filipa Romeu)

Resumo

O Assistente Desportivo (AD) integra as equipas multidisciplinares que acompanham o atleta de elite de Boccia. No entanto, até à data, não foi possível identificar estudos que explorassem os papéis que os ADs desempenham ao nível do Clube e da Seleção Nacional. Os objetivos do presente estudo são descrever os papéis desempenhados e o contributo dos ADs do Boccia de elite, bem como identificar as principais motivações dos ADs para assumirem essas funções. Seis ADs (masculino= 3 e feminino= 3), com idades compreendidas entre 32 e 58 anos, foram entrevistados com recurso a uma entrevista semiestruturada, tendo sido aplicada a metodologia qualitativa com base na análise do conteúdo. Os resultados demonstraram que os ADs desempenham múltiplas tarefas como Atividades de Vida Diária, Atividades Instrumentais da Vida Diária, Planeamento e Organização das Rotinas Diárias, Apoio Psicológico e Atividades Específicas do Boccia. Para além disso, foi notória a importância das funções desempenhadas pelos participantes no bem-estar mental dos atletas. No que se refere às motivações dos ADs para desempenharem as suas funções, constatou-se uma diversidade de motivos de natureza intrínseca relacionados com o AD e de natureza extrínseca relacionados com o atleta. Este estudo apresenta uma abordagem inovadora relativamente à importância do AD no Boccia de elite e identifica caminhos futuros para o reconhecimento e valorização do pessoal de apoio no desporto para pessoas com deficiência. Destaca-se a necessidade de investimento futuro no recrutamento e formação especializada dos ADs e de cooperação entre os ADs e os restantes elementos das equipas multidisciplinares.

Palavras-Chave: *Deficiência Motora, Parceiro de Competição, Técnico Assistente Desportivo, Apoio Pessoal, Motivação, Papéis e Funções*

Introdução

Os atletas com deficiência enfrentam barreiras, desafios e adversidades que são similares aos experienciados pelos atletas sem deficiência. No entanto, devido à condição de deficiência é possível identificar barreiras específicas que afetam este grupo de atletas, quer ao nível pessoal como desportivo (Martin, 2018). Jaarsma et al. (2014) realizaram uma revisão sistemática para identificar as barreiras e os facilitadores que influenciam a participação das pessoas com deficiência motora no contexto desportivo. Os autores destacaram as barreiras pessoais (e.g., deficiência e saúde), as barreiras ambientais (e.g., ausência de infraestruturas, transportes e a falta de acessibilidades), os facilitadores pessoais (e.g., divertimento e saúde) e os facilitadores sociais (e.g., relacionamento social).

No que se refere ao contexto competitivo, cada modalidade desportiva também apresenta um conjunto específico de desafios decorrentes das suas características únicas ao nível das regras do jogo, dos equipamentos desportivos utilizados (Goosey-Tolfrey, 2010; Jamieson & Wijesundara, 2025) e da classificação desportiva (Martin, 2018; Tweedy et al., 2014).

Por outro lado, o envolvimento desportivo de outras pessoas, como os atletas guia e os Assistentes Desportivos, também pode influenciar o desempenho dos atletas (Alcaraz-Rodríguez et al., 2018; Mann & Ravensbergen, 2018). Especificamente, os atletas que apresentam uma lesão com um elevado nível de severidade demonstram maior dependência em relação a outras pessoas para realizar as suas funções. Neste contexto, consideram-se duas grandes áreas onde estão incluídos atletas com maior grau de dependência, nomeadamente a deficiência visual e a deficiência motora, que exigem um maior suporte e auxílio nas atividades da vida diária (Slocum et al., 2018). Concomitantemente, esse auxílio generaliza-se para o contexto desportivo de modo a permitir a participação e inclusão dos atletas. Neste sentido, existe uma variedade de pessoas que fazem parte das equipas técnicas e que desempenham diferentes papéis de apoio direto ao atleta, em função da modalidade desportiva praticada e do nível de funcionalidade do atleta.

O Boccia faz parte do restrito leque de modalidades paralímpicas que foram especificamente criadas para dar resposta às necessidades de prática desportiva de atletas com deficiência (Rimmer, 2012). O objetivo do jogo é lançar, estrategicamente, a bola de cor colocando-a o mais próximo possível da bola-alvo (Paralisia Cerebral – Associação Nacional de Desporto, 2025). Em termos competitivos, esta modalidade divide-se em diferentes classes desportivas, nomeadamente BC1, BC2, BC3 e BC4, de acordo com a funcionalidade dos atletas. As características únicas do Boccia, de onde se destacam a gestão do tempo de lançamento, a soma da pontuação a cada jogo-parcial, a arbitragem, as especificidades dos regulamentos, o contacto com a equipa multidisciplinar, os adversários, os espetadores e os familiares (Marta, 1998), representam um conjunto de desafios para os praticantes

desta modalidade. Especificamente, o atleta de Boccia deve controlar as reações emocionais para não afetar o desempenho técnico-tático, manter níveis ótimos de atenção e concentração durante as diferentes fases do lançamento potenciando a execução motora do gesto e avaliar constantemente as situações de jogo (i.e., distâncias e posicionamentos) recorrendo a diferentes ferramentas perceptivo-motoras. As competências psicológicas como o controlo da ansiedade e a motivação são fundamentais para a preparação psicológica do atleta nos treinos e na competição (i.e., pré e durante a competição) (Marta, 1998).

O atleta de Boccia é apoiado por um grupo de pessoas designado por “Assistentes Desportivos”, cujas funções são distintas de acordo com a classe dos atletas. Os Assistentes Desportivos da classe BC1 designam-se de Parceiros de Competição e competem com o atleta, desempenhando funções dentro do campo, nomeadamente o manuseamento da bola e da cadeira de rodas, de acordo com as indicações do atleta (Boccia International Sports Federation, 2024). Os Assistentes Desportivos da classe BC3 designam-se de Operadores de Calha e competem com o atleta interferindo no ato de lançamento. Como os atletas BC3 demonstram dificuldades em manusear a bola ou realizar lançamentos de forma autónoma, os Operadores de Calha manuseiam todos os dispositivos e equipamentos desportivos (e.g., bolas, calhas, ponteiros, cadeira de rodas) necessários para o atleta jogar. O Operador de Calha é descrito como o corpo do atleta, enquanto o atleta é visão e pensamento do Operador de Calha (Boccia International Sports Federation, 2024).

Por sua vez, os Assistentes Desportivos das restantes classes (i.e., BC2 e BC4) partilham funções comuns ao Treinador, pois podem acompanhar o atleta na área do aquecimento, câmara de chamada e durante o jogo (Boccia International Sports Federation, 2024). Desta forma, os Assistentes Desportivos das classes BC2 e BC4 designam-se de Técnicos Assistentes Desportivos e não desempenham funções diretas durante o jogo. As suas principais funções são observar o jogo e recolher as bolas após o término do parcial e entregá-las ao atleta que se vai preparar para jogar o parcial seguinte. Por último, importa esclarecer que os Assistentes Desportivos da classe BC4 também podem desempenhar funções em jogo, de forma similar aos Assistentes Desportivos da classe BC1, caso o atleta jogue com o pé (Boccia International Sports Federation, 2024).

Apesar desta diversidade de formas de intervenção, os papéis e funções que os Assistentes Desportivos desempenham estão pouco descritas na literatura. A investigação tem-se debruçado essencialmente sobre os atletas com deficiência visual e os seus respetivos guias. Por exemplo, vários autores estudaram as experiências vividas, as barreiras percecionadas e as estratégias implementadas pelos atletas com deficiência visual e os guias (Ball et al., 2022; Hall et al., 2023; Zenk et al., 2024). Relativamente às barreiras percecionadas, destaca-se a dificuldade em encontrar guias disponíveis, a diferença de

géneros entre o atleta e o guia, bem como problemas de comunicação entre ambos (Ball et al., 2022; Zenk et al., 2024). Em diferentes áreas das ciências do desporto, como a Fisiologia (Winckler et al., 2024), Biomecânica (Mannion et al., 2019) e Psicologia (Bastos, 2014), explorou-se o impacto de diferentes variáveis no desempenho desportivo do atleta com deficiência visual e do seu respetivo atleta-guia.

De forma similar, é essencial compreender o contributo e as funções específicas do Assistente Desportivo que acompanha o atleta de Boccia ao nível desportivo e pessoal. Apesar da existência dos Assistentes Desportivos no Boccia constituir uma realidade única no contexto do desporto paralímpico, com potenciais interferências no rendimento desportivo e no bem-estar do atleta, até ao momento, não temos conhecimento de estudos prévios que tenham dado voz aos Assistentes Desportivos.

Deste modo, os objetivos do estudo são descrever os papéis desempenhados e o contributo dos Assistentes Desportivos do Boccia de elite, bem como identificar as principais motivações dos Assistentes Desportivos para assumirem essas funções.

Metodologia

A presente investigação adotou a metodologia qualitativa com o propósito de se aproximar da essência, abrangência e ideologia do ser humano, a fim de construir um conhecimento mais profundo através da exploração das vivências dos participantes em relação à temática em estudo (DeJonckheere & Vaughn, 2019). A investigação qualitativa enquadra-se num processo natural de interpretação no qual o investigador procura compreender as perceções dos participantes no seu contexto natural (Denzin & Lincoln, 1994).

Participantes

Participaram no presente estudo um total de seis Assistentes Desportivos que acompanhavam atletas incluídos no Programa de Preparação Paralímpica (n= 3) e no Programa de Esperanças e Novos Talentos Paralímpicos (n= 3).

O recrutamento dos Assistentes Desportivos ocorreu de acordo com os seguintes critérios de inclusão: i) ser Assistente Desportivo de um atleta de Boccia integrado na Seleção Nacional Jovem ou do Programa de Preparação Paralímpica, na época desportiva 2024/2025; ii) ter pelo menos uma participação numa prova internacional (e.g., Torneios Internacionais/ Campeonatos Europeus/ Campeonatos Mundiais/ Jogos Paralímpicos) nas últimas três épocas desportivas, na respetiva função; e iii) ter no mínimo três anos de colaboração com o respetivo atleta. Por outro lado, foram considerados os seguintes critérios de exclusão: i) Assistentes Desportivos de atletas da classe BC5 que só tem enquadramento competitivo a nível nacional; e, ii) Assistentes Desportivos de atletas que são acompanhados por diferentes Assistentes Desportivos, de

forma rotativa, ao longo da época desportiva.

Foram recrutados três participantes do sexo masculino e três participantes do sexo feminino com idades compreendidas entre 32 e 58 anos (M= 45.83 ± DP= 9.83), representando todas as classes desportivas da modalidade com participação internacional (BC1 = 2; BC2= 1; BC3= 2 e BC4= 1). O tempo de colaboração entre os Assistentes Desportivos e os respetivos atletas variou entre 3 e 13 anos (M= 8.00 ± DP= 3.90). No que se refere à formação académica e profissão, a maioria dos Assistentes Desportivos não tem relação com a área desportiva (n= 4) e possui como habilitações académicas o Ensino Básico e Secundário (n=4). Importa destacar que nenhum dos Assistentes Desportivos recebeu formação específica prévia para desempenhar as respetivas funções, quer ao nível do Clube como ao nível da Seleção.

Instrumento: Entrevista Semiestruturada

A entrevista foi utilizada com o intuito de explorar uma nova temática dando voz aos participantes face às circunstâncias do mundo atual (Silverman, 2010). Especificamente, a entrevista semiestruturada permite recolher informações relevantes sobre o participante em relação ao seu conhecimento, às suas vivências, às suas perceções e ao seu comportamento de acordo com o tema de interesse do investigador (DeJonckheere & Vaughn, 2019).

O guião da entrevista foi elaborado e adaptado tendo por base a metodologia de Mannella e Bundon (2024), considerando que partilham objetivos semelhantes à presente investigação. Os autores citados anteriormente exploraram as experiências de atletas com deficiência visual e dos respetivos guias, compreendendo os fundamentos relacionados com o corpo, as capacidades e o desporto de alto rendimento. Devido à ausência de investigação nesta área de estudo, a imersão da investigadora principal, que desempenhou funções de Assistente Desportiva durante três anos, foi um ponto de partida fundamental para o delineamento das questões de investigação. Neste sentido, o investigador também pode ser uma possível fonte de informação, de experiências e de histórias capazes de enquadrar a vida quotidiana do participante (Haegele et al., 2020).

A estrutura do guião foi dividida nas seguintes partes: 1) introdução, onde se pretendeu apresentar os objetivos da investigação e a forma como se iria proceder à entrevista; 2) desenvolvimento, as questões foram organizadas pelas diferentes temáticas, de acordo com a sequência: i) Enquadramento Pessoal e Desportivo (9 questões); ii) Funções desempenhadas pelo Assistente Desportivo (3 questões) e iii) Motivos para ser Assistente Desportivo (1 questão). Na última parte, 3) Considerações finais, os participantes foram convidados a refletir sobre a entrevista e a temática em análise e a acrescentarem informação relevante em relação aos temas que foram abordados.

Previamente foi realizada a entrevista-piloto a uma

Assistente Desportiva da classe BC2 com o intuito de testar o guião e a clareza e compreensão das perguntas formuladas. Este processo conduziu à realização de pequenos ajustes no guião final.

Considerações Éticas

No que se refere às considerações éticas, cada participante leu e assinou o Termo de Consentimento Informado. Durante o momento da entrevista, a investigadora relembrou os princípios éticos do estudo, assegurando que os dados recolhidos seriam de carácter anónimo e confidencial. À luz do exposto, a identidade de cada participante foi substituída por diferentes códigos (ID), de forma a preservar o anonimato do participante, sendo representada por letras e numeração com vista à análise de dados [e.g., AD1= Assistente Desportivo]. Foram respeitados os princípios éticos para a investigação em seres humanos, de acordo com a Declaração de Helsínquia.

Procedimento de Recolha de Dados

Numa primeira fase, a investigadora principal contactou diferentes instituições para solicitar a autorização formal dos Treinadores, *Team Manager* e Gestores da Secção para a realização do estudo. Posteriormente, os participantes foram contactados diretamente através de um e-mail convite, por contacto telefónico ou pelas redes sociais. Seguidamente, foi entregue aos participantes o Consentimento Informado. A calendarização das entrevistas foi realizada de acordo com as disponibilidades dos participantes.

As entrevistas foram realizadas individualmente, online, através da plataforma *Zoom*, tendo-se gravação o som e imagem. A duração média das entrevistas foi de 45 minutos. As entrevistas foram transcritas *verbatim* e enviadas, por email, a cada participante para validação do conteúdo.

Procedimento da Análise dos Dados

A análise fenomenológica interpretativa foi usada com intuito de explorar aprofundadamente as vivências e experiências dos participantes (Smith, 2004). A seleção deste tipo de análise justifica-se pela ausência de estudos prévios sobre o papel do Assistente Desportivo no Boccia. Utilizou-se a combinação de técnicas dedutivas e indutivas (Smith, 2004), tendo-se privilegiado o método indutivo que utiliza categorias à *posteriori*. Ou seja, a aplicação da técnica indutiva no decurso da análise de dados não parte da teoria existente, sendo que os temas e conceitos emergem dos dados que são apresentados resultando numa teoria subentendida (Queirós & Graça, 2013).

Com o propósito de tornar o processo mais acessível e abrangente, o procedimento foi organizado por diferentes fases. Numa primeira fase, a investigadora principal leu uma vez todas as transcrições das entrevistas, conhecendo o seu conteúdo. Seguidamente, releu as entrevistas

sumariando diferentes elementos-chave. Após a familiarização e domínio do conteúdo, os dados passaram pelo processo da codificação. Os dados foram distribuídos pelas diferentes categorias criadas, sendo que as informações partilhadas em comum pertencem a uma determinada categoria. Posteriormente, as categorias foram definidas e enquadradas nas diferentes temáticas (Braun & Clarke, 2013; Queirós & Graça, 2013). Importa acrescentar que os códigos que partilhavam a mesma informação foram hierarquizados e alocados em diferentes níveis de temas até atingir a saturação da informação, ramificando por subcategorias de 1ª ordem e de 2ª ordem. De forma a finalizar a análise dos dados, a investigadora principal realizou uma revisão de todas as transcrições, procurando um alinhamento lógico com as diferentes codificações (Braun et al., 2016).

Seguidamente, a investigadora principal recorreu à utilização dos *critical friends*, com o propósito de promover um maior rigor e qualidade dos dados. A primeira e última autoras do estudo realizaram uma análise independente e posteriormente reuniram para discutir, de forma exaustiva, o processo de categorização. Ambas as autoras têm formação especializada na área da Atividade Física Adaptada e experiência no Boccia. A primeira autora desempenhou funções de Assistente Desportiva e Árbitra, sendo atualmente Treinadora da modalidade. Quando necessário recorreu-se ao segundo autor, especialista na área da Psicologia do Desporto, para alcançar o consenso final. De acordo com Smith e McGannon (2018), a utilização desta estratégia incentiva à reflexividade e à interpretação da diversidade dos dados que emergem pela leitura e análise de cada elemento da equipa de investigação.

Para complementar a análise dos dados, recorreu-se a uma análise de frequências envolvendo a contagem dos códigos com base nas temáticas do estudo, representado o número dos participantes que os abordaram. Por último, selecionou-se diferentes citações *verbatim* que foram transcritas e incluídas na apresentação de resultados.

Apresentação e Discussão dos Resultados

Temática I – Papel do Assistente Desportivo

Na análise da primeira temática – Papel do Assistente Desportivo, emergiu a categoria principal “Funções desempenhadas pelo Assistente Desportivo” e diversas subcategorias da 1ª e da 2ª ordem, tal como se pode observar na Tabela 1. Nas subcategorias de 1ª ordem destacam-se as “Atividades de Vida Diária”, “Atividades Instrumentais da Vida Diária”, “Planeamento, Organização das Rotinas Diárias”, o “Apoio Psicológico” e as “Atividades Específicas do Boccia”. Os Assistentes Desportivos foram convidados a descrever as funções que desempenham, quer ao nível do Clube como da Seleção Nacional de Boccia, de forma a ilustrar a diversidade de papéis e responsabilidades do Assistente Desportivo.

Tabela 1 - Quadro categorial da análise do conteúdo da Temática I – Papel do Assistente Desportivo

Categorias	Subcategorias de 1ª Ordem	Subcategorias de 2ª Ordem
Funções do AD N= 6 n=132	Atividades de Vida Diária N=6 n=88	Alimentação e Hidratação
		Higiene Pessoal (i.e., WC e Banhos)
		Mobilidade Funcional (i.e., Transferências e Posicionamento da Cadeira)
		Transporte
		Gestão de Medicação
		Gestão do Vestuário (i.e., Seleção de Roupa e Lavagem)
	Atividades Instrumentais da Vida Diária N=1 n=3	Reorganização do Mobiliário do Quarto
		Equipamento Pessoal
	Planeamento e Organização das Rotinas Diárias N= 3 n=14	Horários de Descanso
		Horários de Lazer
		Horários de Refeições
	Apoio Psicológico N= 5 n=9	Motivação
		Regulação Emocional
		Regulação da Ansiedade
	Atividades Específicas do Boccia N= 6 n=18	Aconselhamento
		Preparação e Manuseamento do Equipamento Desportivo (i.e., Bolas, Cadeira de Rodas e Calhas)
		Funções Técnicas sob as Indicações do Treinador
		Análise dos Adversários Internacionais
Edição de Vídeos		

Nota: "AD"- Assistente Desportivo. Os valores representados pela letra N representam o número de AD que corresponderam a cada categoria e subcategoria. A letra n representa o número de vezes que cada código surgiu no decorrer das entrevistas do AD.

De uma forma geral, verificou-se um consenso e um padrão idêntico nas perspetivas de todos os participantes. Contudo, observaram-se especificidades nas funções do Assistente Desportivo da classe BC3, que relataram atividades minuciosas e exaustivas. Um dos participantes concebeu um cronograma mental oferecendo uma descrição detalhada sobre os diferentes momentos do dia, quando o atleta se encontra em competição. O testemunho do participante permite tomar consciência sobre a diversidade de tarefas executadas pela Assistente Desportivo e o caráter intenso e contínuo do acompanhamento ao atleta durante 24 horas:

"(...) vou criar aqui uma linha de tempo desde a manhã até à noite (...) Quando estamos em competição é acordar de manhã (...) acordo eu primeiro, tomo banho, visto-me para depois não perder muito tempo, preparo a roupa para o

atleta e depois acordo-o. Acordo, (...) limpo, visto. Vamos tomar o pequeno-almoço. (...) Depois de tomar o pequeno-almoço, vamos até ao quarto, lavar dentes e seguir para a competição. Chegando à competição, é pegar no material, treinar, jogar. Acabando a competição, chegamos ao almoço. Tenho que escolher o melhor sítio para o atleta almoçar, tem que ficar numa posição que lhe seja favorável para comer (...) tem que ficar de lado para mim (...) tem que ficar tipo na ponta da mesa para eu lhe poder dar de comer. Depois, vou buscar a minha refeição e a dele. Enquanto estou a dar o almoço, também estou a comer. (...) Depois do almoço, (...) vamos logo diretos para a competição. Se ainda der tempo passamos no quarto para descansar ou para lavar os dentes, (...). Nos intervalos das competições, tem que lanchar, ir à casa de banho. Sou eu sempre com ele, depois vamos para o jantar. Depois do jantar, podemos

ter alguma reunião. A partir do momento que estamos dispensados, vamos diretamente para os quartos, sem “perder tempo”. Depois do jantar não dá para conviver, porque tem [o atleta] que tomar banho ou tem que descansar. Se tiver que tomar banho, tenho que pedir sempre ajuda a alguém, porque por vezes os quartos não estão adaptados (...) sozinho é completamente impossível. Depois é vestir e deitar. Durante a noite, é virá-lo [ao atleta] uma data de vezes, as que forem precisas, e estamos prontos para o dia seguinte.” (AD5)

Para além da diversidade de funções relacionadas com as “Atividades de Vida Diária”, os participantes também enfatizaram os cuidados específicos no manuseamento de equipamentos pessoais para a satisfação das necessidades fisiológicas básicas, bem como a necessidade de constante vigilância do atleta.

“Garantir que não existem escaras ou vermelhões ou feridas a aparecer (...) Se for detetado alguma coisa fora do normal, temos que entrar logo em ação (...) Durante a noite temos que fazer a vigilância, por exemplo, a troca dos dispositivos médicos que os atletas utilizam para a realização das necessidades. No caso da urina, o meu atleta usa um saco. É garantir que não me esqueço dos dias para trocar aqueles aparelhos. A responsabilidade de garantir que tem sempre água para beber. Por exemplo, dada a tetraplegia ingere sempre pelo menos ali uns 3l de água.” (AD4)

Por outro lado, os Assistentes Desportivos destacaram o desempenho de funções ao nível do “Apoio Psicológico” prestado ao atleta, como se demonstra nas seguintes transcrições.

“Acho que no fundo enquanto assistente, sou bocadinho de tudo. No meu caso sou mãe, sou psicóloga, sou animadora. Nos campeonatos, os atletas ficam muito tensos...” (AD2)

“A importância do assistente desportivo é tremenda. Tem que ser alguém que transmita ao atleta confiança (...)” (AD5)

“Tu tens que criar um bom ambiente, bem-estar, saber ouvir, saber aconselhar (...), tu dares a mão quando algumas coisas não correm tão bem, criares uma boa estabilidade emocional também é muito importante.” (AD6)

Por último, foram destacadas as funções que o Assistente Desportivo desempenha no âmbito da prática do Boccia, com maior primazia nas funções técnicas. A seguinte transcrição ilustra as tarefas de um Assistentes Desportivo que ao nível do Clube também assume funções de Treinador do atleta.

“O preparar a calha, preparar os sets de bolas, prepará-lo a ele [atleta] para jogar. O treino em específico, por exemplo. Depois, o trabalho pós treino que envolve, por exemplo, a avaliação dos vídeos, o registo e edição de vídeo. Procurar vídeos dos adversários na Internet no caso de campeonatos internacionais, no sentido de haver um

estudo posterior das dinâmicas de jogo dos adversários e perceber o que se pode aprender mais, ou seja, tudo que seja muito técnico também é a nossa responsabilidade...” (AD4)

Os resultados relacionados com a Temática I são relevantes para a compreensão dos papéis desempenhados pelos Assistentes Desportivos, considerado que a literatura específica da área restringe a atuação do Assistente Desportivo ao âmbito desportivo.

Podemos iniciar esta reflexão pela análise da própria terminologia – Assistente Desportivo – que suprime a perspetiva de atuação nas Atividades de Vida Diária (AVDs) ou outras atividades que possam ser realizadas fora do contexto desportivo. Em termos formais, a terminologia utilizada no Boccia distingue os Assistentes Desportivos das diferentes classes (i.e., Parceiros de Competição, Operadores de Calha e Técnicos Assistentes Desportivos) (Boccia International Sports Federation, 2024). Mais uma vez, podemos constatar que a terminologia remete exclusivamente para funções ao nível desportivo, tornando-se “invisível” aos olhos da sociedade, a diversidade de papéis que os Assistentes Desportivos assumem.

De uma forma geral, as funções técnicas do Assistente Desportivo estão identificadas, assim como as regras e infrações específicas relacionadas com a sua intervenção (Boccia International Sports Federation, 2024). No entanto, apenas foi possível identificar um Manual de Boccia, publicado no Brasil, que identifica as AVDs realizadas pelos Operadores de Calha, relacionadas com a alimentação e higiene diária (Campeão & Oliveira, 2006). Após a análise de regulamentos publicados por Associações e Federações de Boccia da América do Norte, é possível constatar a existência de dois tipos de Assistentes no apoio ao atleta, nomeadamente, o Assistente Desportivo e o Assistente Pessoal (Coaching Association of Canada, 2011). Embora seja explicado que o Assistente Pessoal auxilia o atleta nas AVDs no decorrer das competições e dos treinos, não existe uma clara distinção das funções de ambos os assistentes.

Por sua vez, no Regulamento do Programa de Preparação Paralímpica Paris 2024 - Los Angeles 2028 (Comité Paralímpico Portugal, s.d.) também é possível verificar a distinção entre os Técnicos Assistentes de Vida Diária e os Técnicos Assistentes Desportivos. Inclusivamente, o enquadramento legal dos dois grupos de Técnicos é diferente, pois o regime de bolsas atribuído (i.e., valor auferido) é distinto. No entanto, esta distinção é meramente formal e terminológica pois na prática, tal como se constatou pelos testemunhos dos participantes, os Assistentes Desportivos asseguram as tarefas de apoio à componente desportiva e às AVDs.

Num contexto mais abrangente de apoio à pessoa com deficiência, Portugal tem vindo a criar condições para o surgimento do Assistente Pessoal. O programa Modelo de Apoio à Vida Independente, consignado pela Portaria n.º 415/2023, disponibiliza um serviço de assistência pessoal

de apoio à vida independente para o cidadão com deficiência (Ministério do Trabalho, 2023). O Assistente Pessoal é um profissional que apoia a pessoa com deficiência na realização de atividades em diversas áreas, nomeadamente: i) apoio para a autonomia doméstica; ii) apoio em deslocações; iii) mediação da comunicação; iv) apoio em contexto laboral; v) apoio à frequência no ensino superior e de investigação; vi) apoio à participação e cidadania; e, vii) apoio em cultura, lazer e desporto (Ministério do Trabalho, 2023).

Neste sentido, no contexto do apoio às atividades desportivas, é possível argumentar que o surgimento do Assistente Pessoal poderá ser um passo importante para a real contratação dos Técnicos Assistentes de Vida Diária no Boccia. Inclusive, um dos participantes do presente estudo iniciou a sua colaboração como Assistente Desportivo no Boccia pois, previamente, acompanhava um atleta como Assistente Pessoal. Deste modo, torna-se clara a necessidade de investimento no recrutamento, formação e preparação de profissionais que possam desempenhar funções de apoio ao atleta de Boccia de forma especializada. Ou seja, ao nível de recursos humanos e financeiros, sugere-se que as instituições desportivas e governamentais, que tutelam o Boccia nacional, revejam procedimentos e regulamentos de modo a assegurar aos atletas, especialmente no nível de elite, o apoio de dois técnicos especializados que cooperam para apoiar a prestação desportiva do atleta (i.e., Assistente Desportivo) e as AVDs (i.e., Assistente de Vida Diária).

Numa outra perspetiva, os resultados do presente estudo colocam em evidência o carácter extenuante do trabalho do Assistente Desportivo, especialmente em competições internacionais. O desempenho de funções durante 24 horas, ao longo de vários dias de competição, sem adequado descanso ou apoio ao próprio Assistente Desportivo, pode tornar-se contraproducente e interferir negativamente no rendimento do Assistente Desportivo. Tendo por base a descrição das funções realizadas pelos Assistentes Desportivos, percebe-se que é necessário um grande investimento de tempo, de energia física e mental, e de responsabilidade para a eficaz concretização do trabalho do Assistente Desportivo. Nesse sentido, estudos futuros são necessários para perceber o impacto das funções do Assistente Desportivo de elite no seu próprio bem-estar físico e mental, bem como averiguar possíveis implicações para o atleta. Em concordância, Beasley et al. (2025) alertam para a necessidade de explorar as fontes de stress do pessoal de apoio, como os Assistentes Desportivos de Boccia. Por exemplo, a incorreta execução das suas tarefas em eventos de qualificação para os Jogos Paralímpicos pode gerar stress nas suas vidas (Beasley et al., 2025). Uma vez mais, parece que a existência de dois Assistentes para os atletas de Boccia, particularmente para os atletas das classes BC1 e BC3, poderá ser uma solução para reduzir o desgaste físico e mental do Assistente Desportivo e potenciar a qualidade do apoio prestado.

Outro aspeto importante a analisar relacionado com as

especificidades das funções do Assistente Desportivo de Boccia, é o contexto laboral das atividades desenvolvidas pelo Assistente Desportivo que é incompatível com a legislação nacional destinada ao trabalhador, que enquadra a realização de tarefas num período de oito horas por dia e num período de quarenta horas semanais (Assembleia da República, 2009). Esta situação é impossível de conciliar com o tipo de funções que um Assistente Desportivo de elite realiza durante o período competitivo, o que sugere a necessidade de refletir sobre as especificidades das funções desempenhadas pelos Assistentes Desportivos e as condições de trabalho oferecidas.

No entanto, é importante realçar que nem todos os Assistentes Desportivos estão sujeitos a esta carga de trabalho diário, uma vez que a maioria dos atletas das classes BC2 e BC4 evidenciam maior autonomia. Como tal, as tarefas de apoio às AVDs realizadas pelos Assistentes Desportivos são em menor número e intensidade.

Por último, importa destacar que os Assistentes Desportivos também desempenham funções relacionadas com o apoio psicológico ao atleta, situação que é de extrema importância considerando que o Boccia é um desporto com uma forte componente mental. Marta (1998) refere que o atleta de Boccia tem que dominar as emoções e controlar as pressões externas (e.g., tempo de lançamento, evolução dos resultados ao longo dos parciais, as decisões da arbitragem), de modo que a sua capacidade de decisão tática e a ótima execução do lançamento não sejam afetadas. Por outro lado, o controlo da ansiedade pré-competitiva e a capacidade de manter elevados níveis motivacionais nos treinos e competições são competências psicológicas fundamentais neste desporto (Marta, 1998).

Por exemplo, Bačanac et al. (2014) referem que a ansiedade em atletas paralímpicos pode provocar níveis de ativação favoráveis ao atleta. Contudo, quando se encontra em excesso e com uma orientação negativa, pode estimular o aumento da tensão muscular influenciando a concentração e a coordenação dos movimentos (Bačanac et al., 2014). Battalio et al. (2020) acrescentam que os atletas que competem em desportos onde as habilidades técnicas são prevalentes, como é o caso do Boccia e do gesto de lançamento, necessitam de apoio para aprender a gerir a ansiedade. Neste sentido, o Assistente Desportivo pode ser um elemento fundamental para favorecer o bem-estar mental do atleta, contribuindo para a preparação psicológica do atleta de elite de Boccia.

Temática II – Importância das Funções do Assistente Desportivo

Os resultados relacionados com a Temática II – Importância das Funções do Assistente Desportivo, permitem compreender o impacto que este profissional tem no bem-estar físico e mental do atleta de elite de Boccia.

Tabela 2 - Quadro Categorical da análise do conteúdo da Temática II – Importância das Funções do Assistente Desportivo

categorias	Subcategorias de 1ª Ordem	Subcategorias de 2ª Ordem
Benefícios para o atleta N= 6 n= 25	Bem-Estar N= 2 n=2	Físico
		Redução do Esforço físico do Atleta
		Cuidados com a Alimentação
		Motivação
		Confiança
	Bem-Estar N= 6 n= 23	Mental
		Diálogo e Reflexão
		Regulação Emocional
		Regulação da Ansiedade
		Positivismo

Nota: "AD"- Assistente Desportivo. Os valores representados pela letra N representam o número de AD que corresponderam a cada categoria e subcategoria. A letra n representa o número de vezes que cada código surgiu no decorrer das entrevistas do AD.

Quando os Assistentes foram convidados a refletir sobre o impacto das suas funções no atleta, foi destacado o contributo do Assistente Desportivo no bem-estar mental do atleta. Se numa perspetiva tradicional e redutora, o Assistente Desportivo é visto como um mero “apanha bolas”, as transcrições seguintes destacam o papel fulcral que o Assistente Desportivo presta no apoio psicológico, nomeadamente na regulação das emoções, ansiedade, auto-confiança e motivação do atleta.

“Estas atividades são todas direcionadas para ele [atleta], no sentido de ele ter bem-estar e estar tranquilo, quer em termos físicos, porque não vai ter que exercer muitas funções pois tem alguém a ajudá-lo (...) E também em termos mentais, porque está mais descansado, está mais motivado. Ele percebe que tem sempre alguém que o ajuda nesse sentido.” (AD1)

“O atleta tem que estar bem de saúde psicologicamente possa que desempenhar as suas funções em campo e nos treinos.” (AD3)

Considerando os resultados apresentados na Temática I e na Temática II, podemos concluir que o Assistente Desportivo, enquanto profissional que integra as equipas multidisciplinares que apoiam o atleta de elite de Boccia, pode ser um mediador das relações entre o atleta, o psicólogo do desporto e o próprio treinador. Por exemplo, se devidamente orientado e preparado, o Assistente Desportivo pode trabalhar em parceria com o psicólogo do desporto, incentivando o atleta à adequada aplicação de

estratégias psicológicas aprendidas, em situações de treino, de competição e em momentos informais (i.e., AVDs, descanso). Esta ideia é reforçada por Bastos et al. (2018) que entrevistaram treinadores de elite relativamente à aplicação de técnicas psicológicas e concluíram que os treinadores de Boccia defendem que a definição de objetivos deve ser realizada em coordenação entre atleta-Assistente Desportivo. Os treinadores acrescentam que o atleta e o Assistente Desportivo são indissociáveis, especialmente nas Classes BC1 e BC3, e que esta dupla deve definir em conjunto os objetivos para a época desportiva. Em conformidade, Mira et al. (2023) realçaram a importância do sistema de suporte à pessoa com deficiência, como forma de promover a resiliência e a superação das adversidades que podem surgir em diferentes contextos. Neste sentido, podemos argumentar que o sucesso desta relação de simbiose Assistentes Desportivo-Atleta vai ser determinante para o desempenho desportivo do atleta.

Temática III – Motivos para desempenhar as funções de Assistente Desportivo

Na última temática – Motivos para desempenhar as funções de Assistente Desportivo, procurámos identificar os principais motivos para ser Assistente Desportivo. Consideramos que é fundamental conhecer o percurso do Assistente Desportivo e a sua ligação ao Boccia, para perceber o que motiva este profissional a desempenhar as suas funções e, conseqüentemente, o que poderá determinar uma colaboração a longo prazo.

Tabela 3 - Quadro Categorical da análise do conteúdo da Temática III – Motivos para desempenhar as funções de Assistente Desportivo

Categories	Subcategorias de 1ª Ordem	Subcategorias de 2ª Ordem
Motivação N= 6 n=27	Atleta N= 4 n= 6	Motivar e apoiar o filho
		Vitória do atleta
		Bem-estar do atleta
		Alegria do atleta
		Amizade
		Competitividade
	Assistente Desportivo N= 4 n= 12	Vontade de vencer
		Paixão pela modalidade
		Oportunidade de participar no jogo de Boccia
		Produto do trabalho realizado

Nota: "AD"- Assistente Desportivo. Os valores representados pela letra N representam o número de AD que corresponderam a cada categoria e subcategoria. A letra n representa o número de vezes que cada código surgiu no decorrer das entrevistas do AD.

As motivações do Assistente Desportivo, independentemente dos vários papéis desempenhados (i.e., familiar, treinador ou assistente pessoal), organizaram-se em dois grandes grupos: motivos relacionados com o atleta e motivos relacionados com o Assistente Desportivo.

Os Assistentes Desportivos reportaram razões em prol do atleta, demonstrando uma motivação extrínseca para a execução das suas funções.

"A motivação é que o atleta, que neste caso é meu filho, se sinta bem. E cada vez que ele se sente bem, eu estou super motivado para continuar com este trabalho." (AD5)

"A maior motivação que tenho é vê-lo ganhar (...) já são muitos anos com ele. Ele é o atleta que é, porque passou estes anos todos pelas minhas mãos e tenho uma satisfação enorme, uma alegria enorme sempre que ele ganha" (AD1)

Por outro lado, também foi possível verificar que os Assistentes Desportivos se encontraram intrinsecamente motivados para as suas funções devido ao espírito competitivo, à paixão pelo desporto e à satisfação por participar no jogo de Boccia.

"(...) estar dentro de campo com ele e poder participar um bocadinho também no jogo, é uma satisfação enorme. E depois é sempre mais um atleta que nós sabemos que é produto daquilo que foi o nosso trabalho." (AD1)

"(...) ao tornarmo-nos parceiros de competição... também entramos no jogo, acabamos por ser um atleta de forma muito simplificada, tal como os atletas também queremos vencer e trabalhamos ao máximo (...) A vontade de ir jogar

acaba por fazer desaparecer o cansaço todo e ganhamos aquele boost de energia". (AD4)

"... a pessoa que está a acompanhar o atleta também tem que ter o bichinho da alta competição, de ser de elite, porque se não houver de parte a parte aquele bichinho, nunca vão chegar à elite." (A3)

"... daqui a uns anos, a minha atleta até pode reformar-se do Boccia, mas eu não deixo o Boccia..." (AD2)

Os resultados do presente estudo demonstraram que os Assistentes Desportivos apresentam diferentes motivações. Identificar as motivações dos Assistentes desportivos permite compreender a forma como os indivíduos regulam o seu comportamento face a uma determinada tarefa (Rebar et al., 2021). Assim sendo, constatou-se que há Assistentes Desportivos que se encontram intrinsecamente motivados, destacando sentimentos de paixão e prazer ao envolverem-se e participarem no Boccia. Estes resultados são muito positivos pois indivíduos que se envolvem nas atividades procurando prazer e crescimento pessoal (Rebar et al., 2021), têm maior probabilidade de se manter a longo prazo em funções (Deci et al., 2017). Esta dinâmica favorecerá o estabelecimento de relações duradouras e de sucesso entre os Assistentes Desportivos e os atletas.

Outros participantes, especificamente os Assistentes Desportivos que desempenham um duplo papel ao nível familiar (i.e., pai ou mãe), referem que a sua motivação está ligada à necessidade de apoiar a vida e as atividades que são da preferência dos familiares. Esta perspetiva está relacionada com a motivação extrínseca que consiste em desempenhar determinadas funções ou atividades devido

a pressões externas ou exigências (Deci & Ryan, 2000; Rebar et al., 2021). Esta dinâmica poderá comprometer o envolvimento do Assistente Desportivo a longo prazo e gerar conflitos. Neste sentido, sugere-se que estudos futuros aprofundem o conhecimento sobre as dinâmicas motivacionais quando o Assistente Desportivo é simultaneamente familiar do atleta. É importante perceber se o desempenho destas funções decorre de uma vontade natural ou é fruto da escassez de Assistentes Desportivos disponíveis para acompanharem os atletas, o que poderá pressionar a família a desempenhar o papel de Assistente Desportivo. Um estudo de revisão sistemática demonstrou que o envolvimento dos pais no contexto desportivo é um fator motivacional determinante nos atletas (Gao et al., 2024). Por outro lado, se o Assistente Desportivo for apoiado na satisfação das suas necessidades psicológicas básicas, nomeadamente, na competência, na autonomia e no relacionamento social isto permitirá que o mesmo se torne mais autorrealizado e comprometido no contexto da modalidade (Banack et al., 2011). No entanto, não existem evidências sobre estas dinâmicas no contexto específico do Boccia entre Assistente Desportivo e atleta.

Por último, mencionar as limitações da presente investigação, destacando-se como principal limitação a proximidade da investigadora principal à população em estudo o que poderá ter influenciado as interações com os participantes e a interpretação dos resultados. Por outro lado, a ausência de estudos prévios sobre a temática em análise limitou o enquadramento conceptual e teórico da investigação, bem como a discussão dos resultados.

Conclusões

É possível concluir que o Assistente Desportivo é um profissional de extrema importância, pois desempenha uma diversidade de funções, em contacto próximo e direto com o atleta. Interações de sucesso entre Atleta-Assistente Desportivo podem trazer benefícios ao nível físico e mental e, conseqüentemente, potenciar o rendimento desportivo do atleta.

Neste sentido, é urgente refletir sobre as condições de trabalho que são oferecidas aos Assistentes Desportivos, para que este profissional seja devidamente valorizado pelas instituições que enquadram o atleta de elite de Boccia. É fundamental regulamentar e reconhecer todas as funções e responsabilidades que o Assistente Desportivo assume, através de uma melhor gestão de recursos humanos e financeiros, com benefício direto para a dupla Assistente Desportivo-Atleta.

Os resultados do presente estudo demonstraram que o Assistente Desportivo pode influenciar positivamente o atleta relativamente à sua forma de pensar, sentir e experienciar o desporto em diferentes dimensões, colocando em evidência a importância da colaboração entre o Assistente Desportivo e o Psicólogo do Desporto. Por outro lado, a grande proximidade entre o Assistente Desportivo e o Atleta aponta para a necessidade de apoiar psicologicamente o próprio Assistente Desportivo e não apenas ao atleta.

Referências

- Alcaraz-Rodríguez, V., Caballero-Blanco, P., Fernandez-Gavira, J., & Sáenz-Lopez-Buñuel, P. (2018). Perception of visually impaired athletes and trail running guides toward barriers in the organization of competitions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(3), 1248-1255. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.s3186>
- Assembleia da República. (2009). *Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro*. Diário da República, 1.ª série, n.º 30. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/7-2009-602073>
- Baćanac, L., Milićević-Marinković, B., Kasum, G., & Marinković, M. (2014). Competitive anxiety, self-confidence and psychological skills in top athletes with and without disabilities: A pilot study. *Physical Education and Sport*, 12(2), 59-70.
- Ball, L. E., Lieberman, L. J., Beach, P., Perreault, M., & Rich, J. (2022). Exploring the experiences of runners with visual impairments and sighted guides. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912907>
- Banack, H. R., Sabiston, C. M., & Bloom, G. A. (2011). Coach autonomy support, basic need satisfaction, and intrinsic motivation of Paralympic Athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 722-730. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599809>
- Bastos, T., Corredeira, R., Probst, M., & Fonseca, A. M. (2018). Do elite coaches from disability sport use psychological techniques to improve their athletes' sports performance? *International Journal of Psychological Studies*, 10(4), 11-24. <https://doi.org/10.5539/ijps.v10n4p11>
- Bastos, T. (2014). *A aplicação de técnicas psicológicas no desporto adaptado: Estudo qualitativo com atletas de elite* (Dissertação de mestrado, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto). Repositório da Universidade do Porto. Recuperado de <https://hdl.handle.net/10216/77517>
- Battalio, S. L., Huffman, S. E., & Jensen, M. P. (2020). Longitudinal associations between physical activity, anxiety, and depression in adults with long-term physical disabilities. *Health Psychology*, 39(6), 529-538. <https://doi.org/10.1037/hea0000848>
- Beasley, V., Bastos, T., Macdougall, H., & Martin, J. (2025). *Challenges and stresses experienced by Paralympic athletes and coaches*. In K. Griggs, U. Arnet, R. v. d. Slikke, & J. L. Flueck (Eds.), *The Routledge Handbook of Disability Sport Science*. Routledge.
- Boccia International Sports Federation. (2024). *World Boccia International rules: 2025 - 2028 (v.1.0)*.

- Retrieved 20 jan 2025 from https://pcand.pt/sites/default/files/modalidades/documentos/world_boccia_rules_2025_2028_v1.0.pdf
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research: A practical guide for beginners*. SAGE.
- Braun, V., Clarke, V., & Weate, P. (2016). Using thematic analysis in sport and exercise research. In B. Smith & A. C. Sparkes (Eds.), *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (pp. 191-205). Routledge.
- Campeão, M. da S. & Oliveira, R. G. (2006). *Bocha paraolímpica: Manual de orientação para professores de educação física*. Comitê Paraolímpico Brasileiro.
- Coaching Association of Canada. (2011). *Coaching athletes with a disability*. Coaching Association of Canada.
- Comité Paralímpico Portugal. (s.d.). *Regulamento do programa de preparação Paralímpica Paris 2024 – Los Angeles 2028*. Retrieved 25 ago 2025 from <https://paralimpicos.pt/documents/20181/0/Regulamento+PPP+Paris2024/57384e7a-938f-4324-90d3-56cdb5fd3673>
- Deci, E. L., Olafsen, A. H., & Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory in work organizations: The state of a science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 4, 19-43. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- DeJonckheere, M., & Vaughn, L. M. (2019). Semistructured interviewing in primary care research: A balance of relationship and rigour. *Family Medicine and Community Health*, 7(e000057), 1-8. <https://doi.org/10.1136/fmch-2018-000057>
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (1994). *Handbook of qualitative research*. Sage Publications, Inc.
- Gao, Z., Chee, C. S., Wazir, M. R. W. N., Wang, J., Zheng, X., & Wang, T. (2024). The role of parents in the motivation of young athletes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1-20. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1291711>
- Goosey-Tolfrey, V. (2010). *Wheelchair sport: A complete guide for athletes, coaches, and teachers*. Human Kinetics.
- Haeghele, J. A., Hodge, S. R., & Shapiro, D. R. (2020). *Routledge handbook of adapted physical education*. Routledge.
- Hall, D. L., Allen-Collinson, J., & Jackman, P. C. (2023). 'The agenda is to have fun': Exploring experiences of guided running in visually impaired and guide runners. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 15(1), 89-103. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2022.2092200>
- Jaarsma, E. A., Dijkstra, P. U., Geertzen, J. H. B., & Dekker, R. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(6), 871-881. <https://doi.org/10.1111/sms.12218>
- Jamieson, A. R., & Wijesundara, H. D. (2025). A review of adaptive equipment and technology for exercise and sports activities for people with disabilities. *Disability and rehabilitation: Assistive technology*, 20(1), 33-45. <https://doi.org/10.1080/17483107.2024.2372323>
- Mann, D. L., & Ravensbergen, H. J. C. (2018). International Paralympic Committee (IPC) and International Blind Sports Federation (IBSA) joint position stand on the sport-specific classification of athletes with vision impairment. *Sports Medicine*, 48(9), 2011-2023. <https://doi.org/10.1007/s40279-018-0949-6>
- Mannella, S., & Bundon, A. (2024). Building bridges: A qualitative exploration of the athlete – guide partnership in high-performance parasport. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 16(2), 134-150. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2023.2260392>
- Mannion, P., Toparlar, Y., Blocken, B., Hajdukiewicz, M., Andrienne, T., & Clifford, E. (2019). Impact of pilot and stoker torso angles in tandem para-cycling aerodynamics. *Sports Engineering*, 22(1), 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12283-019-0301-x>
- Marta, L. (1998). *Boccia: Estudo-piloto sobre o estado de conhecimento na modalidade* (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto). Porto.
Recuperado de https://discovery.up.pt/permalink/351PUCS_INS_T/1egc6st/alma990000236910108801
- Martin, J. J. (2018). *Handbook of disability sport & exercise psychology*. Oxford University Press.
- Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social & Ministério da Educação. (2023). *Portaria n.º 415/2023, de 7 de dezembro*. Diário da República, 1.ª série, n.º 236. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/portaria/415-2023-225397119>
- Mira, T., Costa, A. M., Rodrigues, F., Jacinto, M., Diz, S., Monteiro, D., Matos, R., & Antunes, R. (2023). Well-being, resilience and social support of athletes with disabilities: A systematic review. *Behavioral Sciences*, 13(5), 1-21. <https://doi.org/10.3390/bs13050389>
- Paralisia Cerebral – Associação Nacional de Desporto. (2025). *Boccia: Sobre a modalidade*. Retrieved 13

- jan 2025 from
<https://pcand.pt/modalidades/boccia>
- Queirós, P., & Graça, A. (2013). A análise de conteúdo (enquanto técnica de tratamento da informação) no âmbito da investigação qualitativa. In I. Mesquita & A. Graça (Eds.), *Investigação qualitativa em desporto* (Vol. II, pp. 115-149). Centro de Investigação Formação Inovação e Intervenção em Desporto. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto.
- Rebar, A. L., Alfrey, K.-L., & Gardner, B. (2021). Theories of physical activity motivation. In Z. Zenko & L. Jones (Eds.), *Essentials of exercise and sport psychology: An open access textbook* (pp. 15-36). Society for Transparency, Openness, and Replication in Kinesiology. <https://doi.org/10.51224/B1002>
- Rimmer, P. (2012). Boccia: "Follow your dream and you can do anything.". *Palaestra*, 26(3), 31-33.
- Silverman, D. (2010). *Doing qualitative research: A practical handbook* (3rd ed.). SAGE.
- Slocum, C., Kim, S., & Blauwet, C. (2018). Women and athletes with high support needs in paralympic sport: Progress and further opportunities for underrepresented populations. In I. Brittain & A. Beacom (Eds.), *The Palgrave handbook of paralympic studies* (pp. 371-388). Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1057/978-1-137-47901-3_17
- Smith, B., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 101-121. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1317357>
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1, 39-54. <https://doi.org/10.1191/1478088704qp004oa>
- Tweedy, S. M., Beckman, E. M., & Connick, M. J. (2014). Paralympic classification: Conceptual basis, current methods, and research update. *Paralympic Sports Medicine and Science*, 6(8 Suppl), S11-S17. <https://doi.org/10.1016/j.pmri.2014.04.013>
- Winckler, C., Costa, S. G. d., Campos, L. F. C. C. d., & Lourenço, T. F. (2024). Differences and relationship between velocity attained at VO2max and time trial performances in Para athletes with vision impairment and their guides. *British Journal of Visual Impairment*, 1-8. <https://doi.org/10.1177/02646196241252611>
- Zenk, F., Willmott, A. G. B., Mann, D. L., & Allen, P. M. (2024). Impact of running with and without a guide on short distance running performance for athletes with a vision impairment. *American*

Journal of Physical Medicine & Rehabilitation,
103(1), 74-78.
<https://doi.org/10.1097/PHM.0000000000002218>