



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Ciências Sociais e Humanas

A transição de Carreira e o Desporto: uma análise à Luz da Motricidade Humana

Mestre José Carneiro Oliveira Neto

Tese para obtenção do Grau de Doutor em
Ciências do Desporto
(3.º ciclo de estudos)

Orientador Externo UBI: Prof. Doutor Antunes de Sousa
Orientador UBI: Prof. Doutor Guedes de Carvalho

Covilhã, 10 de Abril de 2011

Nota Prévia

Desde o primeiro momento me defrontei com o difícil dilema constituído pelo desafio de um discurso necessariamente contido como convém a uma dissertação académica e o discurso mais espontâneo, mais expressivo e certamente mais torrencial que brota directamente daquilo que foi a minha excitante experiência de vida que não podia deixar de carrear para a economia temática e significativa deste meu trabalho.

Reconheço, sem qualquer hesitação, que há uma oscilação tónica notória, uma desigualdade estilística, se se preferir, entre o discurso que visa o enquadramento conceptual ou revisão de literatura, e aquele outro que descreve as minhas experiências pessoais, mas tematicamente relevantes, quer no F.C. Porto, quer na Prisão de Paços de Ferreira.

Confesso que me empenhei num exercício difícil de desfulanização deste discurso vivencial, mas fazê-lo de mais seria praticar uma violência que mal se compreenderia. Seria ausentar-me dele e sugar-lhe o sangue que, um pouco em contravenção embora com a exigência da formalidade, é o que garante nele a vida para que, afinal, aponta o escopo desta minha tese: como o desporto pôde dar vida a vidas que estavam em via de se extinguirem.

Esta nota pretende ser tanto o reconhecimento de uma impotência para formalizar e canonizar um discurso como a afirmação consciente de uma clara opção pela impressividade exemplar do testemunho de vida. Porque, afinal, o homem não tem que ficar à porta da Universidade. E o académico que como tal gostava de ser reconhecido pelos meus pares é o homem que quero continuar a ser, acima de tudo e para todos.

É neste contexto de uma vivencialidade que não enjeito, porque me enriquece, que o meu texto há-de parecer a quem o ler demasiado «contagiado» pela figura de Manuel Sérgio. E está, reconheço-o. Mas é porque também a minha vida o está.

Aqui e ali há até alguns assomos de entusiasmo apologético que quadram mal com a desejável contenção académica. Mas espero que possa isso ser-me relevado à conta do quão importante e inspirador tem sido a constante presença daquele professor na minha vida.

Reconheço que tratar da obra, ou de um tema a partir dessa obra, de um amigo tão querido, constituindo uma vantagem informativa, pode traduzir-se num *handicap* hermenêutico, pois a afectividade perturba a seriedade de quem tenta desvelar o que de significativo se oculta na obra a interpretar.

Nota Evocativa e de Gratidão

Aos meus avós:

À senhora Emília e ao senhor Florêncio que, de menino de berço, me fizeram gente e me deram o pão e a razão!
... Ainda hoje sinto aquelas bocas trémulas para me dar calor... aquelas mãos rugosas para acariciar meu rosto... e aqueles olhos meigos e sempre atentos para vigiar os meus passos!

Ao meu pai Higino, que tanto se ergueu, curvando-se perante a aspereza da vida, para servir e dar respostas a tantas e tão precárias necessidades e, cedo, muito cedo, partiu, colhido pela dor impossível de suportar!

Aos meus sogros, Dona Aurorinha e Miguel Ângelo Ferreira Bessa, que me acolheram com o afecto que se devota a um filho e me prendaram com benditas e apetecidas palavras de entusiasmo, amparando, a quatro mãos, o mais brilhante archote do amor projectado sem limites no nosso lar! ...

Ao meu tio José Pinto, irmão do meu pai, e que em comunhão com os meus avós, me ensinou a correr, a jogar e a crescer! ...

À Dona Dorinda e ao Professor Bernardo Neto, que me ensinaram as primeiras letras e me auxiliaram, através da sua exemplar e distinta personalidade, a crescer para o futuro! ...

Ao Senhor Pedroto, por me ter confiado a sua estima. Como estou grato a este catedrático do balneário, não apenas pela espontaneidade de argumento, mas sobretudo pelo fulgor único em defesa da renovação, rasgando horizontes na conquista do futuro!

Ao Raúl... o meu amigo, companheiro, irmão Raúl, que dele tantas saudades me restam... as saudades do que passamos à beira dos caminhos... debaixo das ramadas... o meu clube... na câmara... nas camonianas... da malha moída moldada... da televisão... das lâmpadas cantadas... do luar... dos projectos de mudança... O Raúl que partiu ainda com muito para fazer aos 32 anos de idade!

Como toda esta gente faz multidão nas minhas recordações de saudade! Dizia Fernando Pessoa citando Alexandre Search - “quando depois da lâmpada quebrada a sua luz vacilante se extinguiu, muito mais do que a luz por ela derramada, fica a lembrança do que se partiu.” - faço destes meus “heróis”, os meus guardiões do temp(l)o da minha existência divina e lhes dedico este meu caminheiro de vida feito de entusiasmo e amor!...

À minha filha Andreia... esta menina tão linda a sorrir, ágil a correr, serena a pensar onde repousa uma nobreza de princípios que, tenho a certeza muito honrará e gratificará o meu futuro!

Ao meu filho Zé Miguel, coração angelical cujos traços de vida deixa que irradie uma tão cálida e envolvente ternura humana e por isso, às vezes traído por atrevidas circunstâncias, meus passos, seu carreiro, intérprete e mensageiro! ...

À minha Nelinha, mulher, esposa e mãe, a quem confio os meus sonhos, despertadora dos meus anseios adormecidos, seiva do meu pensamento, coração e braços do meu lar!

À minha mãe Miquinhas - na ternura do seu olhar brilha um lindo pôr-do-sol numa forma tão intensa... como nunca visto!

À minha irmã Mindinha, sangue do meu sangue. Habita na sua genuína personalidade um caudal de energia composta de dignidade e de uma rara beleza moral para e pelos outros! ...

Aos meus sobrinhos Tozé e Pedro, que não se cansam de se fazerem ao caminho e nele deixar carreira feita de testemunho de gente que sabe conquistar o futuro!

Ao Senhor Director Dr. Miranda Pereira, que me abriu as celas da prisão e pela sua admirável coragem de romper conceitos, formulando ousados e inovadores objectivos de conquista, desafiando os mensageiros da desgraça, fazendo doutrina. Nesta hora de merecido tributo seria injusto esquecer outros directores que lhe seguiram, muito em especial o meu ilustre e companheiro de escola e da vida, Dr. Eugénio Coelho, bem como outro grande obreiro de altas competências exercidas, cujo nome figurará nos gradões de acesso à cadeia: Dr. Paulo de Carvalho... e a todos os reclusos com quem tive a ousadia de lhes arrancar o suor. Sim, esse amontoado de números feitos gente, com o nome escondido entre os corredores de um silêncio amargurado, terá sempre um espaço na minha vida onde sobrar a vontade de gritar: muito obrigado!

Aos clubes com quem tive a honra de estabelecer uma relação feita de dedicação, suor e honra - F.C. Porto; S.C. Braga e Vitória de Guimarães, e aos seus directores e adeptos que gritam e vibram com a cor da sua bandeira. De todos faço ressaltar a magnitude de uma liderança inquebrantável, Senhor Presidente Jorge Nuno Pinto da Costa pela persistência na luta numa continuada conquista do êxito, construída pelo acórdão de ideias refinadas nos alicerces da dedicação e experiência... e pelo eterno sentimento único de gratidão que também eu pudesse experimentar as lágrimas, roçando vagarosamente na garganta ao ter-me feito repetidamente campeão!

Aos atletas com quem tive oportunidade de partilhar a cumplicidade de um relacionamento técnico e humano na relva, no balneário e na vida. A solidez de princípios, a firmeza de conceitos, e o relacionamento humano permitiu com todos os campeões aprender fazendo e com quem foi possível por isso assimilar o que considero um verdadeiro expoente de cultura, nessa aliança da vida aprendida na Universidade e aplicada na autenticidade do Estádio!

A minha gratidão para outros bens significativos de natureza académica, institucional e social: À escola primária da Igreja de Penamaior, fria por fora, mas bem quente por dentro, onde o raiar de luz fez estremecer este sentimento para aprender a vida!

Ao Colégio Sílvia Cardoso, primeiro e de Vizela a seguir, onde a justificação de novas causas carregaram a frescura da jovialidade com a canseira de jamais obter entrada na porta da liberdade para ser adulto!

À Força Aérea em que durante seis anos permaneci como voluntário com a especialidade de operador de radar/controlador aéreo. Trabalhávamos em turnos, vinte e quatro horas de serviço e quarenta e oito horas de descanso. Se os dias de folga os preenchia por casa, pelo café do Gomes e do Amândio, (estudava numa segunda mesa que dava aquele café uma graça especial), o dia de serviço era no radar/pilar... e, como trabalhava uma hora e descansava outra, essa dita de descanso era sempre bem-vinda, para de livro e sebenta abertos, ultrapassar as redes, descer um pouco até às lajes a caminho da “Cova da Loba” ou então ficar mais perto e envolver-me pelas sombras dos sobreiros, ou no muro da capela, ou ali na escadaria que desce para o forno, ou ainda debaixo dos braços do Cristo Rei... eu sei lá!

Pedaços de vida de estudo ganhos naqueles recantos que ainda hoje assiduamente visito com saudade e que outrora serviam de poiso, encanto ou passadeira na preparação de mais uma dispensa da oral na minha vida de militar/estudante. O facto é que ingressei na vida militar com a frequência do quinto ano e quando passei à disponibilidade estava na Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra! ...

À Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra - um ensaio pré-determinante no sentido de tentar dar a resposta ao livre exercício das razões que me levavam a escolher o futuro. Clareira de ideias pensadas num espaço que queria fosse de liberdade renovada em permanência!

Ao Instituto Superior de Educação Física da Universidade do Porto, onde reuni desejo com a necessidade de ser professor. Ficou na história este curso 1976/81. Não apenas por ser o primeiro curso de Educação Física integrado na Universidade, mas sobretudo por no primeiro ano participar uma grande quantidade de alunos que já exerciam a profissão sem habilitação própria. Daí a vontade expressa em desejo em que de cada aula fazíamos festa.

Permito-me contar uma das grandes razões que me levaram a ser professor de Educação Física: Estudava Direito em Coimbra e resolvi candidatar-me a leccionar uma disciplina capaz de dar resposta às exigências económicas e não só, da vida. Colocado na Escola Preparatória de Paredes, pedi um fato de treino emprestado e li umas notas de basquetebol e atletismo e lancei-me à tarefa.

Passado uma semana, verifiquei que a minha chegada à Escola era anunciada com uma estrondosa salva de palmas pelos alunos que ao portão me aguardavam. Quando porventura tinha de faltar, lá vinham as estridentes questões de tristeza resplandecida num eco em unísono: “Porque faltou ontem? Esteve doente? Nós aqui à espera! ...”. Claro, só podia fazer uma coisa, mudar radicalmente de curso e como estava a ser criado o Curso Superior de Educação Física, foi na hora! Por isso sempre refiro: foram os meus alunos que me ensinaram a escolher a minha profissão!

À Escola Secundária de Paços de Ferreira, onde permaneci largos anos e também encontrei o orgulho de ser professor... esta forma de andar por aí, misturado entre sorrisos e abraços e a vontade de entre os alunos encontrar os meus melhores amigos!

À Universidade do Minho, pela contribuição directa numa parte da minha formação. Habitados estamos e a experiência me dizia que valorizamos em termos de treino desportivo, a força, velocidade, agilidade, resistência, etc. vendo-se subvalorizadas, quantas vezes omitidas, outras razões fundamentais para a optimização do estado de forma do atleta e que, trabalhadas, mais próximo o indivíduo estará do sucesso.

De uma forma geral o controlo do stress e ansiedade, a atenção e concentração, a auto-confiança, a relação inter-pessoal, a coesão e o espírito de equipa parecem constituir as competências psicológicas de maior impacto na preparação mental dos atletas. No entanto, ainda se vêem certos auto-didactas do treino desportivo, quantas vezes pela via reducionista preparando “bestas esplêndidas” que saltam um metro e correm ao centésimo de segundo, abdicando do princípio que o mais importante é preparar homens confiantes e motivados para o sucesso, prontos para fazer coisas extraordinárias tanto no campo como fora dele também.

Por isso à Universidade do Minho eu pretendo elevar o meu reconhecimento e gratidão e a quem contribuiu para que levasse a efeito o primeiro Mestrado em Psicologia Desportiva, levado a cabo em Portugal (1994/97). Ao Professor Doutor José Cruz, pela sua magna orientação da minha tese, eu penhoradamente agradeço, não esquecendo o então colega e sempre amigo Jorge Silvério, sempre a meu lado, pelo esteio firme no apoio prestado, e que serena e persistentemente me foi amparando este nobre senhor de obra já feita também! ...

Ao meu Instituto Superior da Maia. Há vinte anos avançamos com um projecto de criação do Curso Superior de Educação Física. Hoje temos metodólogos de treino/treinadores, heróis espalhados por vários continentes, selecções e clubes de alta dimensão competitiva. A estes filhos da minha vida... os meus adorados alunos a quem tenho a honra de lhes elevar a esperança. Eu lhes agradeço esta oportunidade de lhes estender um tapete de pluralidades, fazendo-os crescer. Eu lhes agradeço a oportunidade de com todos aprender o exercício da tolerância e, transfigurado numa multidão de lembranças, eu aproveito para lhes gritar ao coração... Eu vos amo! Gostaria de destacar, pelo exemplo de vida que poderia ser exponenciado, até às lágrimas - o Humberto - o meu “menino de ouro”, que se fez gente e aí está ele em cada momento da vida a dar o seu testemunho de uma infatigável generosidade, sempre disponível para abraçar as causas, num servir feito competência. Obrigado, Humberto!

Desta Instituição Universitária pretendo exponenciar uma figura notável como é o nosso Director, Professor Doutor Domingos Oliveira e Silva - cultiva a arte de um saber estar como se de um artista de eleição se tratasse e vive a avidez de um relacionamento envolta na partilha de cumplicidade do homem, ancorada na honradez e dignidade do cidadão - é o nosso Campeão!

Não esqueço outras instituições Universitárias que periodicamente me dão a felicidade de prestar o meu contributo e aprender, ensinando. Universidade Fernando Pessoa e Instituto Politécnico Universitário de Saúde do Norte!

À gente da minha terra, que molda o aço, trabalha o campo, transforma a madeira - gente simples que alberga um grupo de amigos que há quarenta e dois anos criei - “Pelo desporto uma amizade mais forte” - unidos pelo sentimento fraterno, somos feitos de afectos, sorrisos e abraços! ...

Gostaria de salientar três Presidentes da Autarquia que me permitiram encontrar a oportunidade para vestir as cores da sua bandeira na defesa de valores:

Dr. Fernando Vasconcelos criou os alicerces da estima pela cultura democrática, balizada pelo respeito da dignidade do homem e a autenticidade do cidadão.

Professor Arménio Pereira onde a tonalidade de sentimentos se confundia na fidalguia do trato e no fascínio do silêncio do seu olhar, construímos uma amizade bem fraterna.

Agora, Pedro Alexandre Oliveira Cardoso Pinto que compartilhou a minha felicidade de também o ter tido como aluno. Já se lhe notava o brilho da liderança e na serena responsabilidade exercida residia uma superior consciência do dever a cumprir. Sendo jovem, ressaltava-lhe uma soberania exemplar. Hoje aí está, um Presidente de Câmara que não conhece os atalhos do facilitismo. Das adversidades, segura-lhe as rédeas e faz acontecer futuro! ...

Remeto um abraço bem sentido para o líder da minha Assembleia Municipal, Dr. José Bastos, nosso médico, nosso conselheiro, nosso amigo... e digo nosso, porque eu e minha família e tantas famílias encontram nele um "porto de abrigo". Gente como o Dr. Bastos e sua adorável família numa terra como a nossa, o ar torna-se mais puro e o sol tem mais encanto!"

Por último... e agora é que me faltam as palavras...

Há palavras e palavras - umas aproximam, elevam, formam e iluminam os caminhos do sucesso. Outras porém fazem rir, emocionam, fazem corar de sentimento e até por vezes verter lágrimas.

Eu dirijo por último as minhas palavras aos três grandes responsáveis por esta minha luta, bonita luta, apetecida luta na conquista do meu presente para o futuro. No entanto não é fácil despir este meu sentimento que me colhe as palavras de tanta gratidão:

Ao Professor Doutor Guedes de Carvalho - foi por intermédio de o meu génio, pai afectivo, conselheiro e amigo Professor Doutor Manuel Sérgio que o conheci. Na primeira reunião, ao tomar um simples café numas bombas de gasolina em frente à Universidade Católica do Porto (parece que a energia química se compatibilizava com a energia cultural), lançou-me o repto que esteve na origem desta tese de Doutoramento. Depois de me ouvir demoradamente, numa frase simples me lançou este desafio: *“Por que não agarrar a sua experiência única na cadeia e no futebol de alto rendimento e tratar à luz da motricidade humana um grande tema de reflexão como contributo para o futuro?!”* e continuou *“Estou disponível para apresentar e defender o projecto na minha Universidade!”*...

Foi este clique que me fez avançar num projecto que jamais parou. O Professor Guedes de Carvalho injectou-lhe o combustível, engrenou-lhe a velocidade e amparou-lhe o destino. Estou-lhe eternamente reconhecido!

Ao Professor Doutor Antunes de Sousa pela autenticidade de uma postura admirável com que sempre me recebeu. A solidez do seu conhecimento ao nível da motricidade na lógica da intencionalidade, criou em mim uma consciente humildade para aprender. Erudito na forma como se expressa, ajudou-me a saltar do sonho para

a vida, do impossível para a realidade. Ao trilhar os caminhos do meu futuro, terei agora e sempre por companhia a memória do meu querido orientador, fazendo-me eco de quem era e, a partir da sua participação, quem voltei a ser.

Repito, o que mais me marcou foi o valor do seu saber, exposto de forma tão erudita. Mas sempre impregnado de um sentimento fraterno. Nesta partilha de relação, das muitas reuniões, quando abria a porta para o regresso, acompanhava-me em cada passo uma ideia de libertação para uma grande caminhada!

Ao Professor Doutor Manuel Sérgio. O que mais poderei acrescentar a este Cidadão Universal, que empresta à causa do desporto a imagem de uma nobreza de carácter, a persistência de um lutador sublime na procura firme e serena, sentimental mas realista em circunscrever o desporto e do que dele emerge numa grande labareda de cultura?! ...

Há palavras e palavras... das minhas palavras sempre sobrarão notícias reveladoras de generosidade e gratidão, revestidas de uma honestidade de processos. E fiquem com a certeza de que por vossa causa terei muitas saudades do futuro!

MUITO OBRIGADO!

Resumo

O conceito de transição tem, durante a última década, vindo a tornar-se um tópico de estudo bem delineado, dentro da comunidade desportiva. Contudo, poucos estudos existem relativamente à transição de carreira em Portugal. Estudos levados a cabo em vários países revelam diferentes sensações e efeitos.

A maioria dos ex-jogadores declara esforços inadequados que resultam em sentimentos negativos de bem-estar subjectivo após a sua retirada. Outros sublinham o impacto da família e amigos como um elemento essencial de suporte para a sua felicidade.

Neste estudo, tentamos contribuir neste campo, estudando dois casos distintos: o que aconteceu aos principais jogadores de futebol que venceram a Taça dos Clubes Campeões Europeus de 1987 e um grupo de ex-prisioneiros submetidos a um plano de suporte durante o tempo que estiveram enclausurados.

Utilizando a tradição interpretativa da fenomenologia, o Modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira e um método de triangulação como estrutura teórica principal, foram conduzidas entrevistas a 3 grupos distintos: 20 jogadores de futebol da equipa do F.C. Porto da época 1986/87, 20 ex-prisioneiros submetidos a actividade desportiva como um instrumento de socialização e a 20 pessoas “normais” como grupo de controlo.

Os resultados revelaram a ideia que a prática de uma actividade recreativa desportiva ao longo da vida cria uma sensação pacífica de bem-estar com a vida. Actividades desportivas, mais extremas, tanto num nível de alta competição ou na cadeia, têm impactos mais negativos no bem-estar após o período de transição. A maior implicação na política desportiva que se pode realizar, seria incrementar a necessidade de uma responsabilidade social corporativa de clubes, associações e outras direcções nacionais desportivas.

Palavras-chave: Transição de carreira, fenomenologia, triangulação, futebol, responsabilidade social corporativa (RSC)

Abstract

The concept of transitions has, during the past decade, become a well-delineated topic of study among sport community. However, few papers exist on career transition in Portugal. Studies carried out in several countries reveal different sensations and effects.

Most of the ex-players declare efforts were inadequate resulting in negative feelings of subjective well-being after their retirement. Other underlines the impact of family and friends support as an essential element for their happiness.

In this paper we tried to contribute to the field, studying two complete different cases: what happened to the main soccer player's winners of the 1987 European championship and a group of ex-prisoners submitted to a supportive plan during the time they were in prison.

Using the interpretive tradition of phenomenology, the Conceptual Model of Adaptation to Career Transition and a triangulation method as the main theoretical framework, interviews with 3 different groups were conducted: 20 soccer players from 1986/87's Oporto FC team, 20 ex-prisoners submitted to sport activity as an instrument to socialize and a 20 control group of "normal" people.

The results pointed to the idea that regular and leisure sport activity during all the life time creates a pacific sense of well-being in life. More extreme sport activities, either at a high competitive level or in prison, have more negative impacts in well-being after the transition period. The main sport policy implication would be to enhance the need of new corporate social responsibility of clubs, associations and other sport national board.

Keywords: Career transition, phenomenology, triangulation, soccer, corporate social responsibility (CSR)

Índice

Introdução.....	XVI
Capítulo I	19
Enquadramento Conceptual	19
1.1	
Introdução.....	19
1.2	
O Cartesianismo da Educação Física.....	20
1.3	
Alguns precedentes de carácter filosófico	22
1.4	
O Homem-Máquina, na Educação Física	24
1.5	
Um Paradigma: Caminho e anúncio.....	25
1.6	
A mudança de paradigma.....	27
1.7	
Ilya Prigogine: Contributos de modernos cientistas	27
1.8	
A educação e o treino.....	28
1.9	
A fenomenologia e a hermenêutica	30
1.10	
Psicomotricidade Ócio e Saúde.....	32
Capítulo II.....	34
1. Futebol	34
1.1	
História e evolução do futebol	34
1.2	
Caracterização do jogo de futebol	35
1.3	
Futebol - Um fenómeno social.....	40
1.4	
Futebol - Um jogo solidário	43
1.5	
Exigências físicas de um jogo de futebol	50
1.6	
Exigências psicológicas do futebol.....	51

1.7	Futebol e alto rendimento	53
1.8	Futebol Clube do Porto - História do meu ingresso	54
1.9	Análise do Futebol Clube do Porto - (1982/83) o lançamento de alicerces para grandes êxitos do futuro	56
2. Análise do mundo prisional - “Por detrás das grades existe Gente”!		62
2.1	Abordagem introdutória	62
2.2	A prisão como instituição total	63
2.3	A população reclusa e adaptação ao meio prisional	65
2.4	Problemas associados aos efeitos da reclusão	67
2.5	Princípios fundamentais para a prática da actividade física em meio prisional	68
2.6	A realidade desportiva nas prisões	69
2.7	A importância do exercício e da actividade desportiva. Um estudo/caso no estabelecimento Prisional de Paços de Ferreira	71
2.8	O exemplo do desporto no Estabelecimento Prisional	72
2.9	Operacionalização e desenvolvimento das fases de lançamento da disciplina de Educação Física e Desporto	73
2.10	Experiência de 1994 a 2002	75
Capítulo III		78
3. Metodologias		78
3.1	Grounded theory	78
3.2	Operacionalização empírica	78
3.3	Modelo Conceptual da Adaptação à Transição de Carreira	83

3.4	85
Participantes.....	85
3.5	86
Instrumentos.....	86
3.6	86
Procedimentos.....	86
Capítulo IV.....	88
4. Apresentação dos resultados.....	88
4.1.....	88
Grupo Participantes n.º 1.....	88
4.1.1.....	93
Percepção entendida e compreendida dos antigos jogadores de futebol da transição de carreira desportiva	93
4.1.2.....	93
Avaliação cognitiva	93
4.1.3.....	95
Falta de controlo.....	95
4.1.4.....	95
Identidade atlética	95
4.1.5.....	98
Incerteza.....	98
4.1.6.....	99
Facilitadores percebidos	99
4.1.7.....	101
Resposta emocional.....	101
4.1.8.....	102
Comportamentos resultantes da transição	102
4.1.9.....	103
Ajuste psicossocial	103
4.1.9.1.....	103
Camaradagem.....	103
4.1.9.2.....	104
Providenciar para a família.....	104
4.1.9.3.....	104
Ajustes pessoais	104
4.1.10.....	105
Sistemas de apoio	105
4.1.11.....	106
Outros apoios	106

4.1.12	Definição de uma adaptação positiva à transição de carreira desportiva e bem-estar subjectivo	106
4.2		
Grupo Participantes n.º 2.....		110
4.2.1		
A vida no interior da cadeia.....		113
4.2.2		
O papel do desporto na preparação para a reinserção		114
4.2.3		
Sistemas de apoio para ajudar na transição para a vida activa.....		117
4.2.4		
Bem-estar subjectivo		119
4.3		
Grupo Participantes n.º 3.....		120
4.3.1		
Circunstâncias relacionadas com a transição de intensidade prática desportiva.....		120
4.3.2		
Factores psicossociais relacionados com a transição de intensidade de prática desportiva		122
4.3.3		
Qualidade de transição de intensidade prática desportiva		123
4.3.4		
Reflexões grupo de controlo		125
Capítulo V		128
5. Conclusão		128
5.1		
Circunstâncias relacionadas com a transição intensidade prática desportiva		128
5.2		
Factores psicossociais relacionados com a transição de intensidade prática desportiva		128
5.3		
Qualidade de transição de intensidade prática desportiva.....		129
5.4		
Reflexões		129
5.5		
Apreciação final.....		130
Capítulo VI.....		132
6. Epílogo		132
Bibliografia		135

Índice de tabelas

Tabela 1 - Escala de Cotação de Satisfação com a Vida	84
Tabela 2 - Demográficos, Classificação de transição de carreira e resultado da Escala de Satisfação com a Vida	92
Tabela 3 - Sistema de Apoio à Transição	106
Tabela 4 - Demográficos, Anos de reclusão e resultado da Escala de Satisfação com a Vida.....	113
Tabela 5 - Sistema de Apoio à Transição	125

Introdução

Com este texto de introdução é minha pretensão contribuir para a elucidação e, de algum modo, para a justificação *deste* meu trabalho.

Em função do que sentia ser o meu acervo experiencial, designadamente em áreas aparentemente tão díspares, mas inegavelmente ricas de humanidade - o futebol ao mais alto nível no Futebol Clube do Porto e a minha experiência pedagógica no estabelecimento prisional de Paços de Ferreira - achei que se me impunha, quase como dever cívico, proceder ao seu enquadramento conceptual e, sujeitando-o ao douto juízo da Academia, disponibilizar uma eventual chave interpretativa para o conteúdo, por vezes dramático, dessas vivências. Esse é o principal desígnio que norteou este meu trabalho. E, sendo assim, como resistir ao apelo de vários e ilustres amigos para que fosse aqui, em Portugal, que um tal trabalho se efectuasse?

Mesmo correndo o «risco» de ter que arrostar com a proverbial exigência dos que mais próximos nos são, nada me poderia desviar deste meu desejo de colocar este meu modesto contributo ao serviço do povo do meu país, um povo de cujo seio venho e donde nunca quis nem quero sair.

E de entre esses amigos um há que se destaca, pois que tem sido para mim, ao longo destes anos, uma inexaurível fonte de inspiração - é o Professor Manuel Sérgio, profético arauto de um novo modo de olhar a Educação Física e o Desporto. Ele tem-se batido pela instauração de um novo paradigma que, em substituição do estafado modelo cartesiano em que um chocante dualismo reinava, se imponha agora com uma concepção integrativa e holística do movimento humano, esse «erótico» demandar de mais e mais ser em ordem à plena realização do indivíduo. Um paradigma inclusivo das várias dimensões do que ao homem constitui - o físico, o psíquico, o espiritual, o social, o cultural, o religioso e tudo o mais que, num registo de constitutiva totalidade, nos qualifica e determina.

É, pois, à luz do novo paradigma da Ciência da Motricidade Humana que me proponho evidenciar a relevância humana, social e pedagógica destes momentos diferenciadamente marcantes da minha experiência profissional. Não, portanto, a pretensão de um mero relato do tipo jornalístico, ou sequer, documental, mas uma genuína tentativa de surpreender ao vivo, à luz de uma hermenêutica, inspirada na fenomenologia, uma nova consciência que se revela, impulsionada pelo fluxo de factos que, vistos e analisados a essa luz, ganham um sentido novo e transformador.

Em ordem a esse objectivo, o de promover o ser homem em acto, imerso na trama equívoca da sua dura quotidianidade, achei que se impunha esforçar-me por ancorar esta minha reflexão no chão, cada vez mais sólido, desta nova Ciência da Motricidade Humana, pois que é o homem, na sua totalidade, que afinal motivou o meu interesse.

Claro que um tal enquadramento conceptual tem, no âmbito de um trabalho que se não pretende propriamente ensaístico, mas, mais que tudo, testemunhal e pedagogicamente útil, esse enquadramento, dizia, há-de exprimir-se quase só de um forma sintomática e indicativa - não tem, nem poderia ter, sob pena de incorrer no ridículo de uma excessiva jactância, qualquer intuito de exaustividade.

Limitar-me-ei a referir alguns dos tópicos mais identificativos do novo paradigma que visa integrar aquilo que redutoramente se tem vindo a designar como Educação Física e Desporto, no sistema totalitário do humano, um

sistema em que o *todo* que o homem, antes de tudo, é exerce o primado fenomenológico sobre todas as partes que o integram.

No corpo da tese, propriamente, é o pulsar vivo das minhas experiências de vida que ocupará a boca de cena. E é a partir da sua estrita mas implicativa facticidade que ousou empreender uma análise qualitativa do que se presume possam ter sido as suas repercussões, quer no plano pessoal, quer no plano colectivo. Análise qualitativa, sim. Não, portanto, a mera consideração de uma linearidade cumulativa ou sumativa, como se o resultado vislumbrado pudesse ser considerado como o fim da linha de uma pura concatenação causal. Não, movemo-nos no âmbito da complexidade - e depois da análise factorial do processo algo nele há que, ao fim, teima em furtar-se à mera contabilidade dos factores considerados. Subsiste sempre uma fímbria de surpresa e de mistério - é essa a condição humana.

E acontece uma variedade de reacções humanas ao mesmo tipo de factores e de situações porque não é reacção o que propriamente se dá, mas, antes, uma *acção* - e esta é iniciada intencionalmente por um *todo* que, de todo, jamais o é da mesma forma que o *todo* de outro: é o *todo* que enforma as partes e não estas que determinam aquele.

Nessa medida, não estranhará que se não possa extrair desta análise de vivências, minhas, por certo, mas sobretudo de futebolistas de alta competição e de reclusos, uma tipologia assertiva de conclusões - estas, que o não são em rigor, têm um carácter, mais que tudo, sintomático, indiciário e basicamente aproximativo.

Pretendia reflectir e perceber o que era feito destas pessoas, passados alguns anos onde alguns deixaram a prática desportiva e outros saíram das masmorras prisionais. Como vivem, o que sentem, como estão (des) integrados na sociedade portuguesa actual que tanto mudou e passa por momentos deveras difíceis? Eis o objectivo a que me proponho.

Para que este trabalho pudesse ser apresentado num formato de tese conducente a um grau de doutor em Ciências do Desporto exigia-se que fosse teoricamente fundamentado e que a reflexão seguisse uma metodologia adequada no âmbito de uma ciência que está longe de ser exacta. Estava seguro que, se bem formulado e pesquisado o problema, o contributo que daí saísse não poderia deixar de ser considerado inovador porquanto único no caso português. Não se conhecem estudos nesta área da transição de carreira desportiva e muito menos sobre os impactos que a actividade desportiva no período prisional possa ter tido no reencontro com a vida em liberdade.

Assim, o trabalho foi delineado em quatro capítulos, sendo o primeiro dedicado ao enquadramento conceptual sobre as relações entre a ciência da motricidade humana e sua adequação aos aspectos de transição de carreira/vida. O que resta para além do desporto de alta competição e/ou da vida prisional? Como se adaptam esses corpos depois de estarem estimulados ao mais alto nível da competição ou que teimaram mover-se em ambiente agrilhado? Ainda resta o humano depois disso?

A ciência da motricidade humana obriga-nos a questionar e analisar o que se passou nestes dois casos.

No segundo capítulo a preocupação foi a de explicitar, em duas secções, os contextos que foram analisados na parte empírica. Em primeiro lugar o futebol, que é um fenómeno que move multidões e milhões, fenómeno capaz de mover enérgicas paixões e que tem regras muito precisas e impactos muito grandes na vida das pessoas; em segundo lugar o ambiente prisional que encontrei e no qual aprendi a mover-me com outra intencionalidade bem diferente da situação do futebol.

O terceiro capítulo foi integralmente dedicado a explicar a abordagem metodológica que foi seguida, assente numa perspectiva da *grounded theory* e num modelo conceptual de adaptação à transição de carreira de Taylor e Ogilvie (1998). Como grupos de participantes seleccionados agrupamos cerca de 20 elementos antigos praticantes de futebol profissional e campeões europeus (F.C. Porto); um grupo de 20 ex-reclusos que tinham trabalhado e praticado actividade desportiva organizada sob minha orientação no final dos anos 70 e ainda um grupo de 20 cidadãos comuns, escolhidos aleatoriamente na mesma região norte do país, para efeitos de controlo e padrão de referência.

Ainda dentro deste capítulo temos uma secção inteiramente dedicada à apresentação e discussão dos resultados bem como a uma clarificação sobre as principais conclusões que do trabalho empírico consegui extrair.

A tese encerra com um epílogo, seguido das referências bibliográficas e dos anexos utilizados e que suportaram o trabalho.

Das conclusões está obviamente ausente aquele tom sentencioso e definitivo que, por vezes, parece querer entronizar, no ilegítimo absoluto da sua aritmética validade, certo tipo de análises de índole quantitativa.

Assim, o que, com esta minha modesta reflexão, acima de tudo, pretendo é, como deixei referido atrás, colocar ao serviço da colectividade, por criteriosa e douta mediação da Academia, um certo teor indicativo que possa ser aproveitado quer no plano individual, pelas pessoas em geral, quer no plano da liderança e da pedagogia por responsáveis pela condução de homens, em particular.

O que, enfim, modesta mas convictamente creio estar a fazer, com este trabalho, é contribuir, neste tempo de uma inquietante penumbra, para que, mesmo assim, ainda ousemos acreditar no sol da esperança.

Capítulo I

1. Enquadramento Conceptual

1.1 Introdução

Já o convívio humano e profissional com José Maria Pedroto me despertara para a necessidade de um olhar renovado, mais atento e abrangente, para o treino de atletas de alta competição. Este incentivo à conversão do olhar de técnico passou a conhecer um novo e continuado alento com o contacto com Manuel Sérgio que o próprio Pedroto me proporcionara e que, com a sua tese “Para uma Epistemologia da Motricidade Humana”, viria, como se sabe, a provocar um verdadeiro terramoto no seio de uma classe profissional, comodamente instalada no paradigma dualista, cartesiano, e que dedicava um desmedido desvelo ao primado do físico, como se fosse neste que radicasse a verdadeira razão de todo o sucesso desportivo.

Com efeito, Manuel Sérgio, no início da década de oitenta, denunciava a caquexia, a senilidade da educação física, alegando que se tratava de uma prática cartesiana, centrada unicamente nas qualidades físicas, no corpo entendido como “res extensa” e ninguém educa físicos tão-só; e apontava também o erro de uma preparação física, no desporto de alta competição, separada da preparação técnica e tática e psicológica, acrescentando uma frase do Hegel da *Ciência da Lógica*: “A verdade é o todo”. Há mais de trinta anos, já Manuel Sérgio (1974, p.273) escrevia: “A ciência do movimento humano, na qual deverão integrar-se os jogos, a ginástica e os desportos, é inseparável do conceito que se tem do homem e da sociedade (...). Ciência do Movimento Humano, ou seja, Ciência do Homem, os conceitos de coordenação psicomotora, de ideo-motricidade, de esquema corporal, de motivação, de aprendizagem, de treino, de forma, de habilidade, de hábito, de tática, de estratégia, etc., etc. - são, antes de mais, problemas filosóficos em que o corpo nos aparece como concretização espaço-temporal de uma sociedade, de uma visão do Mundo, do Homem e da Vida. E em que os gestos desportivos (...) surgem como a narrativa reveladora do ser e do agir do homem”.

Em 1977, Manuel Sérgio já refere a integração do desporto numa ciência humana (*A prática e a educação física*, Compendium, Lisboa, p. 36). Simultaneamente, fala dos conceitos de totalidade e dialéctica, para que possa entender-se a prática desportiva. O desporto é uma totalidade onde os praticantes, os dirigentes, os treinadores, os técnicos se encontram em permanente relação dialéctica, como elementos do mesmo todo. Um clube campeão não pode beneficiar, unicamente, de jogadores de boa valia técnica e de treinadores/gestores de sucesso. Neste âmbito, também Valdano (*A Bola*) nos vem dizendo que “ jogar bem não chega quando não se ganha; ganhar não chega se não se jogar bem; ganhar e jogar bem pode não chegar se não houver jogadores de alto nível...e ao mais alto nível não se chega jogando apenas bom futebol”.

Desde o presidente ao mais humilde funcionário do Clube, de todos eles, deve emergir o todo que influencia e cria o êxito.

A ciência da motricidade humana, que Manuel Sérgio (2008, p.40) teoriza de forma original, após um corte epistemológico que permite um salto qualitativo do físico à motricidade humana e a criação da ciência da motricidade humana (CMH) surge “como problema ontológico, como problema epistemológico, como problema político. Como problema ontológico, pela ausência de um paradigma organizador, que norteasse o estudo e a

pesquisa; em tempo, portanto, de crise e de revolução científica. A Educação Física deveria apresentar-se como o ramo pedagógico de uma qualquer ciência. Mas... que ciência? E uma ciência formal, empírico-formal, ou hermenêutica?”. E Manuel Sérgio acrescenta, logicamente, que é uma ciência hermenêutico-humana, onde a complexidade corpo-mente-desejo-natureza-sociedade está presente; com um método próprio, o integrativo; apresentando como valências o desporto, a dança, a ergonomia, a reabilitação psicomotora e as actividades onde predomina a ludomotricidade, a ergomotricidade e a ludoergomotricidade. Esta epistemologia que se transforma em ontologia (a motricidade humana, ou a energia para o movimento intencional da transcendência) supõe uma política, para concretizar-se. A motricidade humana na pegada de Manuel Sérgio, visando o todo do homem, visa tudo o que é humano, nas múltiplas dimensões, o que implica e reclama uma efectiva solidariedade humana e social. Sem essa dimensão o desporto pode até constituir-se num mal social. Por essa razão considerámos importante estudar o que fez o desporto a quem o praticou ao mais elevado nível de competição ou a quem o praticou como instrumento de socialização alternativo bem como compreender a relação que se estabelece entre desporto e a vida humana para além dele.

1.2 O Cartesianismo da Educação Física

Manuel Sérgio anuncia a Educação Física como um produto do dualismo antropológico cartesiano, como já antes fizera o francês Jean Le Boulch (1977). Ao contrário dos portugueses Celestino Marques Pereira e Leal d'Oliveira e do director do INEF de Madrid, José María Cagigal, também teóricos de indiscutível valia. De facto, nenhum deles se ocupa do problema epistemológico da Educação Física. Embora uma investigação bibliográfica nunca possa dizer-se completa, julgo não errar ao adiantar ter sido Manuel Sérgio o primeiro autor português a encontrar, em Descartes, o nascimento da Educação Física, com as características que distinguem a Idade Moderna. Descartes (1596-1650) ergueu-se contra o passado, com a pretensão de iniciar a história do pensamento e o seu desejo era subministrar “a cada qual os meios de achar em si mesmo, sem nada pedir a outrem, toda a ciência que lhe é necessária à orientação da sua vida” (*Recherche de la vérité*, A.T.X., 496). E como o fez? Proclamando o divórcio entre o pensamento e o ser. É conhecido o itinerário tomado por Descartes: uma dúvida radical a varrer da inteligência todas as certezas. Ora, quem duvida pensa e quem pensa existe. No *Discurso do Método*, ele conclui: “je pense donc je suis” (penso logo existo). É pelo pensamento, não pelo corpo, que se afirma a minha existência. Daí, a separação entre as duas substâncias que nos compõem: *res cogitans* - *res extensa*. O corpo, para ele, não passa de uma extensão geométrica sujeita ao mecanismo universal. “Para Descartes, a mente e o cérebro-corpo são entidades separadas. A mente é uma entidade abstracta que reside no cérebro físico (...). Dualismo é o nome dado a esta separação fundamental da mente e do corpo” (Keith Devlin, 333).

António Damásio já estudou o dualismo cartesiano, no seu conhecidíssimo livro *O Erro de Descartes*. António Damásio é um neurologista de fama mundial. E são muitos os dados neurobiológicos e neuropsicológicos que ele traz à colação. Num dos seus outros livros, *O Sentimento de Si*, afirma: “À primeira vista, não existe nada de caracteristicamente humano, nas emoções, uma vez que é bem claro que os animais também têm emoções. No entanto, há qualquer coisa de muito característico no modo como as emoções estão ligadas às ideias, aos valores, aos princípios e aos juízos complexos que só os seres humanos podem ter, sendo nessa ligação que reside a nossa ideia bem legítima de que a emoção humana é especial. A emoção humana não se reduz ao prazer

sexual ou ao pavor dos répteis. Tem a ver, igualmente, com o horror de testemunhar o sofrimento e com a satisfação de ver cumprida a justiça; com o nosso deleite face ao sorriso sensual de Jeanne Moreau ou à densa beleza das palavras e ideias da poesia de Shakespeare” (pp. 55/56). Enfim, no ser humano, tudo está em tudo e o dualismo cartesiano é um erro que as ciências, hoje, não consentem. Mas é em pleno cartesianismo triunfante que a educação física nasce. Manuel Sérgio (2005, pp. 72/73) elucida: “Embora tenha sido um racionalista-empirista, o primeiro filósofo a ocupar-se da educação física, no capítulo primeiro do seu livro *Pensamentos sobre a Educação* (1693); embora Michel Foucault, na *Microfísica do Poder* nos fale de um livro de 1762 e da autoria de Ballexert, intitulado *Dissertation sur l'Éducation Physique des Enfants*; embora Pestalozzi, nas suas *Cartas sobre a educação das crianças*, escreva sem rodeios a expressão “educação física” - podemos acrescentar que é a sombra tutelar de Descartes que preside ao seu nascimento. O que o distingue é um tipo de pensamento que relega o corpo (*res extensa*) para o mundo das coisas materiais, universo físico homogéneo que substitui o cosmos hierárquico medieval e onde o corpo aparece como máquina minuciosa, na máquina imensa do universo. Será preciso relembra *O Homem-Máquina*, de Julien Offray de La Mettrie?”. Este célebre médico francês (1709-1751) tem n’*O Homem-Máquina* (1748) a sua obra mais famosa, defendendo, ostensivamente, que nem os animais, nem os homens, têm alma: são meras máquinas, conjuntos de engrenagens puramente materiais. Com esta diferença: a máquina humana é mais perfeita! No entanto, o nosso corpo não é um corpo qualquer: é o nosso corpo, um corpo próprio. Por isso, nem todos os movimentos corporais parecem reger-se por leis meramente físicas. Há movimentos que não são a resposta a estímulos externos, mas parecem advir, espontâneos, do próprio corpo: são movimentos voluntários, imprevisíveis. Enquanto subordinados às leis da mecânica, os movimentos do corpo são previsíveis. Trata-se do corpo-máquina, mas o Homem, *res cogitans*, não é máquina. Nasce assim um dualismo que a neurologia, hoje, já não consente. “A dependência da consciência em relação ao corpo é difícil de contestar, de modo que a experiência da autonomia do nosso eu aparece cada vez mais como uma ilusão. Sabemos que a alma nunca actua, sem o corpo: desmaio caso tome clorofórmio e, caso eu me drogue, o conteúdo da minha consciência vai se alterar e fugir do meu controle. Ora, a neurologia dá conta dessas experiências, ao descobrir no cérebro uma localização muito precisa, para a maior parte dos nossos comportamentos. Se esse grupo de células cerebrais for estimulado, o paciente fará tal movimento do braço e até pronunciará tal palavra; se as células forem destruídas, a pessoa perderá o uso das funções correspondentes” (Renaud Barbaras, 2003, pp. 67/68). Hegel representou o esforço mais consequente, na afirmação da hegemonia da racionalidade ocidental. Mas a concepção antropológica de Hegel não é original: radica no universo espiritual da tradição judaico-cristã. E o dualismo antropológico continuou.

E, em Portugal, não têm faltado defensores militantes deste cartesiano dualismo:

O Prof. Mário Moniz Pereira, por exemplo, cujo palmarés é universalmente reconhecido, ocupando um lugar de topo na história do Treino Desportivo, nem por isso logrou eximir-se ao que era a influência cartesiana que ao seu tempo predominava nas Escolas de Educação Física e Desporto. Assim em artigo em “*A Bola*”, escreveu sintomaticamente: “Em nossa opinião, os clubes portugueses nunca encararam a sério o importante problema da preparação física, que é a base do jogo (...) Hierarquicamente, o professor de Educação Física não pode nem deve estar sob a orientação do treinador, como acontece em quase todos os clubes...”. Hoje, o Prof. Mário Moniz Pereira já não escreveria, certamente, um artigo deste teor. É que a cultura, nos nossos dias, é diferente: “Todos fazemos a experiência da corporeidade, como elemento essencial da nossa condição antropológica. No que respeita à corporeidade, elemento axial da Fenomenologia, apenas vamos mencionar, sem aprofundar, a

distinção entre o corpo, como realidade objectiva (o *corpo de fora*, no dizer de Ortega; o *corpo objectivo*, no dizer de Merleau-Ponty; ou o *corpo para o outro*, na visão de Sartre) e o corpo como realidade subjectiva (o *intracorpo* orteguiano, o *corpo para mim* sartreano e o *corpo subjectivo* de Merleau-Ponty). Há ainda o desvio, na era digital, enquanto abertura de um campo de possibilidades, através dos universos do corpo, onde se podem cruzar e religar transversalmente saberes muito diversos, por vezes compartimentados e até redutores, para uma aproximação ao todo da condição humana” (Torres Lima, 2008, p.291). De facto, o ser humano, como realidade empírica, reúne, em si, o inorgânico e o orgânico: é corpo! Mas a dimensão empírica da experimentação, na realidade do corpo objectivo, não pode descambar na absolutização de uma visão unilateral do corpo, porque “eu sou meu corpo” e eu devo ser sempre um homem livre em busca de um homem novo e de nova humanidade. Por isso, na análise do corpo-sujeito, sendo indispensável, não chega, isto é, não basta a quantidade, necessária se torna também a qualidade, para explicar e compreender o ser humano. E, assim, num grupo (e portanto numa equipa de futebol) o físico não pode separar-se dos outros elementos que constituem a complexidade humana, ou seja, o humano do Homem. Isto sugere que o treino e a competição sejam pensados no âmbito de uma filosofia integral. No dinamismo radical do desporto altamente competitivo, há também questões que se levantam ao atleta e ao grupo onde o atleta se insere e onde o axiológico e o espiritual se inserem, como interrogações filosóficas: **será que o desporto altamente competitivo tem sentido? E qual o destino do atleta que o pratica?** O desporto é bem mais do que desporto! Antunes de Sousa, por exemplo, no seu prefácio a *Textos Insólitos* de Manuel Sérgio, refere “Que o ser humano é uma realidade constitutivamente complexa, multipolar, pluridimensional”. Nada de novo? Mas toda a novidade aí. Porque, rompendo por entre a poalha difusa e profusa de uma sonolenta aquiescência face ao paradigma cartesiano, Manuel Sérgio superou a mera proclamação retórica e ousou, armado de uma lucidez, feita de coragem e humildade, estender essa tese a um campo que se mantivera, até aí, como coutada privativa de um fátuo operacionalismo biomédico - o corpo. E, rompendo com essa concepção fiscalista e objectivista do corpo, afrontou o fixismo conceptual à volta da biomecânica do movimento, isto é, do movimento do homem, gritando que não são as partes (num registo de pura analogia com o sistema de alavancas) que se movem, mas que é o homem todo que está sempre em movimento”. A Ciência da Motricidade Humana, parece claro, cria um sério paradigma científico à minha profissão de licenciado em Desporto... que só o despeito, ou a ignorância, ou o comodismo podem desprezar! “Para se definir com dignidade, a ciência deve afirmar-se numa perfeita autonomia” (Jean-Louis Le Moigne, 1999, p. 29). Não se diz que a teoria de Manuel Sérgio não possa apresentar imperfeições, aqui e além. O que se quer dizer é que é impossível falar de uma área científica, em tempo de crise pronunciada, sem invocar a epistemologia e, depois (ou antes), a política. O que com o novo paradigma por ele anunciado se nos impõe, a partir de agora, é que na consideração das coisas que o homem faz consideremos, sempre e antes de mais, a realidade complexa e multidimensional que, como um todo unificado, as faz.

1.3 Alguns precedentes de carácter filosófico

O Iluminismo sob cuja influência se organiza em boa medida a nossa sociedade contemporânea, continuou, afinal, o racionalismo cartesiano, o que levou Voltaire a exclamar: “Depuis Platon jusqu’à Locke, il n’y a rien” (in Leonel Franca, 1945).

A própria lei moral nasce de um *imperativo categórico* que vive dentro de nós. E eis que, deste modo, persiste uma separação, diria mesmo uma ruptura, entre a inteligência e o ser, porque se considera ser a razão, tida como instância soberana, a ditar as leis da ciência e da moral. O corpo, esse, continua afastado destes problemas: “o corpo é a máquina e a alma a razão” (Cantista e Meirinhos, 1997). E Hegel (1770-1831) é, como se sabe, o filósofo da Razão Absoluta, onde o racional e o real se confundem e unificam. A natureza só tem sentido enquanto vida do próprio Espírito. Na senda desta dinâmica racionalista, o positivismo, pela mão sobretudo do seu magno divulgador, Augusto Comte (1798-1857), certamente mais preocupado com outros temas, não dedicou a este dualismo antropológico particular atenção.

Entretanto, à luz do materialismo marxista, Engels proclama que «o trabalho criou o homem» que não Deus, como já Marx decretara: “... significa também, e por fim, que não é a razão (até então considerada o maior atributo do ser humano), mas o trabalho (aquele que tradicionalmente foi o mais desprezado dos atributos humanos) o que contém a humanidade do homem. Deste modo, Marx desafia o Deus tradicional, a tradicional apreciação do trabalho e a tradicional exaltação da razão” (Hanna Arendt, 2006). É, aqui, de notar que, no marxismo, não é um qualquer dualismo que encontramos, mas um monismo materialista: tudo se resume a uma única realidade, a matéria, sendo o espírito resultado e expressão daquela.

Por seu turno, a Igreja Católica mantinha através do tomismo, sistema que consubstanciava o cerne da sua filosofia oficial, o mais dramático dualismo alma-corpo, como atesta um dos mais exaltados fiéis de Tomás de Aquino, João Ameal (1956): “Que é o espírito? Eis a definição mais corrente: uma substância simples, independente da matéria, capaz de existir e de actuar sem ela e, por isso, de se separar dela. Ora, certas operações - como as da inteligência, que lhe permitem abstrair da matéria para conceber as ideias universais - a alma não depende de qualquer órgão material. Portanto, a alma possui verdadeira e incontestável espiritualidade, a imaterialidade, a imortalidade”.

É o que, a seu modo, reitera José Antunes de Sousa (2010): «Mesmo com a laboriosa e cristianizante mediação tomista, haveria de permanecer, ao longo da Idade Média e não só, a convivência, algo estranha mas real, entre a concepção paritária de uma consubstancialidade corpo-alma e uma rejeição doentia do corpo, olhado como ameaça diabólica a uma evolução espiritual e à própria realização humana»

É, pois, inegável um nítido pendor, na filosofia ocidental, para hipervalorizar o espírito, em flagrante dicotomia com um corpo que manifestamente se desvaloriza.

Sabemos como era dúctil e incerto o mundo em que viveu Descartes, «o mal do seu tempo», como o caracterizou Alexandre Koyré (1992) e como, nesse contexto, Descartes procurou uma âncora segura a que pudesse agarrar-se - e como viu na razão essa âncora. Com um custo elevado, porém: reduziu a natureza, os animais e o próprio corpo humano à condição de máquinas... a precisarem de um maquinista, o *cogito*.

Se quiséssemos encontrar sentença que melhor traduza o que tem sido a atitude da Igreja Católica em relação ao corpo humano, talvez nos valêssemos da que, num registo vagamente aforístico, proclamou o fundador da Opus Dei, José Maria Escrivá, no seu famoso livro *Caminho* (1957): “Acertou quem disse que a alma e o corpo são tão inimigos que se não podem separar e dois amigos que se não podem ver”.

Costuma dizer-se que a cultura ocidental se fundamenta na filosofia grega, no espírito jurídico romano, na mensagem judaico-cristã e no racionalismo moderno. Sim, claro, e é por isso que este dualismo antropológico está presente, como se sabe, nestas quatro colunas onde assenta a nossa cultura.

1.4 O Homem-Máquina, na Educação Física

No *Discurso do Método*, Descartes explicita o seu programa racionalista: “Com efeito, as noções gerais sobre a física, que adquiri, mostraram-me que é possível chegar a conhecimentos muito úteis à vida e que, em vez dessa filosofia especulativa que se ensina nas escolas, se pode encontrar uma outra prática que, conhecendo o poder e as acções do fogo, da água, do ar, dos astros, dos céus e de todos os outros corpos que nos cercam, tão distintamente como conhecemos os diversos misteres dos nossos artífices, os poderíamos utilizar de igual modo em tudo aquilo para que servem, tornando-nos assim como que senhores e possuidores da natureza” (Livraria Sá da Costa, Lisboa, 1981, p. 49). Ora, o corpo é natureza e, como tal, é para ser possuído também. Quando em 1632 Galileu publica os *Diálogos sobre os dois principais sistemas do mundo*, a ideia da natureza-máquina, do corpo-máquina é também defendida, sem lugar para dúvidas. Manuel Sérgio, no seu livro *Para um novo paradigma do saber e... do ser*, sustenta que “em 1567, ainda podia ler-se *De arte gymnastica* de Mercurialis, isto é, a expressão *educação física* não se conhecia. Esta nasce, de facto, com o racionalismo e solidifica-se com o positivismo que propugna, na esteira de Broussais e Bichat, como o afirma Georges Canguilhem (1950), uma relação fundamental entre a patologia e a fisiologia, ou seja, a educação para ser salutar deverá ser mesmo *física*, pois para Broussais o estado patológico não difere radicalmente do estado fisiológico” (op. cit., p. 74).

A educação física, como Manuel Sérgio repete tantas vezes nas suas conferências, não tem de envergonhar-se da sua ascendência, da sua linhagem. De facto, ela nasce à luz do que defendiam os grandes nomes do racionalismo, do iluminismo, do positivismo - ideologia que se manteve, em larga maioria da comunidade científica, até à década de sessenta do século passado. Nos seus *Essais*, Montaigne (1533-1592), entre conselhos vários sobre a educação, acrescenta: “Ce n’est pas assez de lui raidir l’âme, il faut aussi lui raidir les muscles”. A saúde, pelo exercício físico, ressalta da prosa de Montaigne. Mercurialis (1530-1606), no seu *De arte gymnastica* (1567), historia a ginástica, na Antiguidade Clássica, e tenta aplicá-la à sua época, como actividade indispensável à saúde e ao bem-estar. Já vimos que John Locke é o grande precursor da educação física, através dos seus *Pensamentos sobre a educação*, onde se lê: “Se bem que o espírito seja a parte principal da natureza humana e que, por isso, a educação deve ser mais rigorosa quando trabalha a nossa interioridade, é preciso não esquecer o cuidado a ter com a nossa casa de argila, o corpo. O corpo, já sabemos, é habitado por uma alma. Devemos ocuparmo-nos dele (do corpo) segundo as leis da razão” (in Fabienne Legrand/Jean Ladegaillerie, Armand Colin, 1970, p. 22). John Locke preconiza, igualmente a vida ao ar livre, com os adequados exercícios físicos. Um médico contemporâneo de John Locke, o Dr Élyot, exerceu grande influência no seu conceito de educação física, centrada em movimentos naturais executados ao ar livre. O herói desportivo do século XVIII é o cavalo. As provas hípicas eram as mais aplaudidas. No entanto, isso não impediu que Rousseau (1712-1778) não prosseguisse e desenvolvesse as ideias pedagógicas de Locke, designadamente em *O Emílio*: a educação física deve preceder a educação intelectual; é preciso completar a higiene, pela ginástica; é preciso criar espaços para que as crianças se movimentem à vontade, de acordo com as suas inclinações naturais. Os grandes precursores da educação física contemporânea (e se nela incorporarmos o desporto) foram, de facto, Ling (1776-1839), Jahn (1778-1852), Amoros (1770-1848) e Thomas Arnold (1795-1842), mas se há que saudá-los do ponto de vista pedagógico, epistemologicamente nada trouxeram de novo: o dualismo cartesiano prosseguia neles. Posteriormente, o positivismo, que Augusto Comte (1798-1857) criou, contaminou as ciências humanas com a

metodologia específica das ciências naturais. Nada ganhou com isso a Educação Física, dado que no ser humano não há só fenómenos físicos, químicos e biológicos.

Teotónio Lima é um professor de Educação Física e treinador de basquetebol, que merece o respeito dos desportistas portugueses, pelo que representou de lúcido trabalho, na cientificação do treino e do desporto, nomeadamente o basquetebol, a sua modalidade preferida. Em livro da autoria da Associação Nacional de Treinadores de Basquetebol, intitulado *Metodologia do Treino Desportivo* (Lisboa, 1981) aquele reputado estudioso publicou um extenso artigo, “Desporto Nacional - o que vale? Que futuro?”, que, podemos escrever, representa o pensamento mais actualizado do pensamento desportivo, em Portugal, de há trinta anos atrás. Interrogava o articulista: “Onde estão as causas dos nossos resultados internacionais? (...) Estará o mal, na preparação desportiva, dada aos nossos atletas?”. E, para a preparação desportiva dos atletas, centra-se na preparação física e na preparação técnico-táctica, fazendo delas dois momentos diferentes, embora em inter-relação. Vejamos: “estamos nós a situar a preparação física de acordo com as exigências das tarefas técnico-tácticas desempenhadas pelos atletas? (...). Estamos nós a dosear o trabalho na preparação física, de acordo com a caracterização dos esforços, nas diferentes modalidades? Estamos nós a relacionar adequadamente a intensidade, a duração, o volume, a complexidade e o metabolismo, em função das características das modalidades? (...). Estamos nós a organizar os treinos de modo a que o desenvolvimento da resistência se faça em regime de velocidade; a desenvolver a velocidade em regime de força; a realizar o treino físico em regime de treino técnico; a dirigir o regime de treino técnico, em regime de treino táctico?” (pp. 24/25). Monge da Silva, também professor de Educação Física, tão prestigiado no âmbito do magistério e da investigação, como na competição e no treino, ocupou-se, neste livro, do “Treino Desportivo - tendências e perspectivas”, dando relevo ao seguinte: “A preparação teórica tem uma importância cada vez maior. O atleta necessita possuir um conjunto de conhecimentos muito vasto, ao nível da história, da psicologia, da fisiologia, do treino, etc., que são fundamentais para a sua evolução. A preparação teórica é uma das condições mais importantes da eficiência do desporto, como meio de aperfeiçoamento e desenvolvimento integral da personalidade” (p. 90).

1.5 Um paradigma: caminho e anúncio

José Luis Pastor Pradillo é um dos intelectuais espanhóis que, nos nossos dias, melhor tem teorizado a educação física. Ele escreveu um artigo, intitulado “Aproximación Histórica a la Evolución de la Educación Física (1883-1990)”, na *Historia de la Educación - revista interuniversitaria* (2002, pp. 200 ss.), onde se lê: “(...) podemos perfilar una línea de evolución conceptual de la Educación Física que delimita diversas etapas, cada una de las cuales se identificaría por ostentar un referente principal y cohesionador de su comprensión. A lo largo de este período, inicialmente, se ordena la estructuración doctrinal de la Educación Física desde la justificación higiénica (...). En esta etapa será la Anatomía la ciencia de referencia fundamental y, por tanto, la ciencia de referencia fundamental y, por tanto, la postura su principal preocupación metodológica (...). En una segunda etapa será la Pedagogía la ciencia que, al reclamar a la Educación Física como una parte de la educación integral, orientará su desarrollo hacia fines más formativos que, a menudo, trascenderán los muros de las escuelas para constituirse en instrumentos de redención de la clase obrera, de fortalecimiento de la raza o de fomento de intereses nacionalistas. Mas adelante, especialmente las aportaciones de las nuevas ciencias biológicas y la exigencia de una eficacia en los rendimientos deportivos, trasladaron el centro de interés hacia la

Fisiología. A partir de los años 60 (...), la influencia de la Psicología moderna suscitaría la definición de diversos ensayos psicomotricistas (...). La reciente hegemonía que, como referente, ha asumido la Sociología ha propiciado la perspectiva que Pierre Parlebas definió como Sociomotricidad al concebir como una conducta de imposible descontextualización social. En última década se empieza a imponer una visión más holística en la que, cerrando el círculo de nuevo vuelven a reordenarse los planteamientos propios de la Educación Física desde la perspectiva prioritaria de su contribución a la salud”.

Embora longa, a citação justifica-se plenamente já que retrata, com bastante fidelidade e pertinência, as diferentes etapas evolutivas por que foi passando a concepção da Educação Física, etapas a que correspondem algumas aquisições significativas nos diferentes ramos do saber, designadamente, pedagogia, psicomotricidade, sociologia... até ao que se pode entender como um saber holístico.

Justo é, porém, salientar o efeito desencadeante da acção clarividente, anunciadora e denodada de Manuel Sérgio que, ancorado nos conceitos de *mundo da vida* e *motricidade* (ou *intencionalidade operante*) que emergem, por sua vez, da *Fenomenologia da Percepção* de Merleau-Ponty, ousa empreender um «corte epistemológico» com a oficial concepção da Educação Física e do Desporto, aquela que se ensinava precisamente no Instituto onde ele teimava em denunciá-la, estimulando a passagem do cartesiano *corpo-objecto* ao *corpo-sujeito* da fenomenologia.

Este «corte epistemológico» que Pastor Pradillo (2007) reconhece como protagonizado pelo filósofo português, eis que anuncia algo mais ainda - que, na área da educação física e desporto, é preciso passar do *paradigma da simplicidade* (da elementaridade mecanicista) ao *paradigma da complexidade*, ou seja, é preciso que passemos do *corpo-objecto* ao *corpo-sujeito*, no acto de transcender e transcender-se. Sendo, em qualquer caso, que esta transcendência (ou superação) não deve entender-se nunca como um apelo, mesmo que ínvio, ao individualismo insular e cego, já que só em equipa há espaço para o indivíduo brilhar: “Ser um atleta excepcional, ou até genial, é sem dúvida distinguir-se, pelos primores técnicos, pela inteligência táctica e pelo alto rendimento, em relação aos demais colegas de equipa, mas é também estar essencialmente em relação com todos eles. Fora desta dialéctica de distinção e integração, o atleta excepcional não se compreende. A autonomia do singular não constitui um dado absoluto, dado que assim se lançaria ao esquecimento a plurideterminação do real” (Manuel Sérgio, 1991).

Face à persistência do dualismo que atribui à Educação Física o papel de robustecer e embelezar aquilo que Fichte (in Ulmann, 1977) considera, referindo-se ao povo alemão, ser “um povo primitivo, não adulterado”, vemos como adquire uma dimensão política - ele serviu também para, de alguma maneira, alimentar a ideologia eugenista do III Reich. E, quem sabe, se não tutelados os seus mentores pela concepção kantiana: “a cultura física é (...) a educação do que no homem é natureza” (In Ulmann, 1977)

É, neste contexto de sonolenta aceitação do dualismo humano, que a voz determinada de Manuel Sérgio irrompe e provoca a “turbulência” propiciadora do advento do novo paradigma - a ciência da motricidade humana, uma nova ciência humana, fundamentada na opção fenomenológica do *corpo-sujeito* de Merleau-Ponty, optando, deste modo, pela totalidade do humano.

E, neste contexto de anúncio, convém, de facto, referir, entre nós, dois nomes: Teotónio Lima e Monge da Silva que, apesar de neles se não descobrir uma estruturada linha de reflexão filosófica, souberam, mesmo assim, aproximar-se do *todo* da condição humana, o que lhes confere um lugar de relevo, na teorização do treino, em Portugal.

1.6 A mudança de paradigma

É clássico o enquadramento epistemológico empreendido por Thomas Kuhn acerca do modo como crê progredir a ciência - não é certamente por acumulação, mas de forma lacunar, mediante um processo revolucionário que, face à «incomensurabilidade» entre a teoria antiga e a candidata à sua substituição, torna sociologicamente aceitável esta última que, por sua vez, se impõe à luz das exigências da lógica, experimentação ou observação. (cf. Imre Lakatos e Alan Musgrave, 1979). Ou seja, a mudança de paradigma implica um período de turbulência epistemológica, uma verdadeira revolução científica entre dois paradigmas completamente irreduzíveis entre si. Já Michel de Foucault nos propusera «, entre outros conceitos relevantes, o de *episteme*, para realçar a constelação de signos e símbolos que, em determinado quadro temporal, se constitui como plataforma operativa para a formulação de verdades acerca das coisas.

Como importante é relevar a traumática passagem da Física clássica para uma Física subatômica, não determinista e regida, em grande medida, pelo “princípio de incerteza” de Heisenberg, pelo “princípio da complementaridade” de Bohr ou pelo “teorema de Bell” e que veio dinamitar o clássico e unilateral conceito de objectividade. A “teoria do caos” de Edward Lorenz veio, por sua vez, abrir-nos à perspectiva segundo a qual, num todo cósmico, a parte está implicada nesse todo, nele interferindo e vice-versa. Não se trata, porém, da ausência do Logos, mas um Logos que deixa de estar condicionado ao que, a partir da nossa razão, para ele determinamos: é uma “desordem ordenada”. É o paradigma de uma lógica segundo a qual o sujeito e o objecto estão inevitável e seriamente implicados.

E com este quadro de uma racionalidade inclusiva é o próprio paradigma assente numa abordagem positivista do ser humano que é flagrantemente posto em causa.

E é neste contexto que, depois de sagaz e exaustivamente caracterizado, Manuel Sérgio anuncia um corte epistemológico, criando um paradigma não dualista, não racionalista, não positivista e bem cingido à fenomenologia e a Edgar Morin, por via, sobretudo, da sua teoria da complexidade.

De salientar, porém, que a crise na Educação Física, como, aliás, é próprio de toda a crise, não pressupõe a morte, mas a vida, pois que é da aparente morte da Educação Física, assente apenas no que da vida é a expressão mais rudimentar, que se passa para a misteriosa e desafiante complexidade humana, enfim, à Vida nas suas multiformes expressões, justamente o que a ciência da motricidade humana verdadeiramente visa.

À luz deste paradigma, cessa aquela visão manipulativa do físico, já que o corpo, na sua constelação multifuncional de células, não é um objecto apenas, mas um sujeito de inteligência que se exprime interactivamente com a razão que tão excedentemente nos caracteriza.

1.7 Ilya Prigogine: contributos de modernos cientistas

Manuel Sérgio sob cuja inspiração prioritariamente me acolho, no seu exemplar zelo de encontrar o conjunto mais alargado possível de perspectivas que avalizassem a sua tese de um novo paradigma, não se confinou à filosofia em geral, nem à filosofia das ciências em particular (Edgar Morin, ou, entre nós, Boaventura Sousa Santos, que vem insistindo num período de transição paradigmática) - ele buscou quem, no mundo estrito da ciência, pudesse, de algum modo, corroborar aquela sua proposta. E quem melhor do que, por exemplo, o prémio Nobel da Química, Ilya Prigogine? Eis o que afirma este reputado cientista, falecido em 2003: Tanto ao

nível macrocómico como ao nível microcómico, as ciências da natureza libertaram-se de uma concepção estreita da realidade objectiva, que nega a novidade e a diversidade, em nome de uma lei universal e imutável” (Prigogine, 1984). A previsibilidade e a certeza eram pressupostos de uma concepção mecanicista de um universo-máquina. Mas agora sabe-se que este universo tem uma expressão não-local e, por isso, arredo à concatenação local das possibilidades a partir do cálculo probabilístico - é aquilo a que os físicos modernos designam por “concatenação quântica”. Mais: há na raiz de todo o real, que cosmicamente se organiza e interage, aquilo a que esses mesmos físicos designam por “substância mental” (Lothar Schafer, 2003). E o ser humano é parte de toda esta dança cósmica - sem dela excluir, obviamente, o corpo. De facto: “passado meio século, a nossa visão de natureza mudou radicalmente. Onde a ciência clássica falava de equilíbrio e de estabilidade, vemos agora flutuações, instabilidades, processos evolutivos. E isto a todos os níveis, desde a cosmologia à biologia, passando pela química” (Manuel Sérgio, 2005). E esta complexidade não o é apenas no plano de uma lógica que tenta perscrutar a natureza - é ela própria que é realmente complexa. Vale a pena reter o que, a este propósito, nos diz o notável físico português, Carlos Fiolhais (1994): Partilho com outros o convencimento de que nos encontramos no limiar de uma era de saber diferente, de que estamos a caminhar para aquilo que podemos chamar saber da complexidade.

Sob a égide inspirada e inspiradora de Edgar Morin e Ilya Prigogine, eis-nos munidos dos instrumentos dialécticos em ordem à consideração da complexidade: substituir o princípio determinista/mecanicista por um princípio dialógico, em que ordem/desordem/organização se relacionem entre si, de modo antagónico e complementar; invocar um conceito sistémico, para entender as relações complexas entre as partes e o todo; reconhecer as autonomias, a partir dos conceitos de sistema aberto e de auto-eco-organização; integrar o sujeito observador, no objecto observado; não esquecer a interrogação filosófica, durante e no fim de qualquer labor científico. Temos de ser dialécticos numa ciência (e numa educação física) que tem a tentação de ser in-dialéctica. E ser dialécticos é descobrir complexidades, porque, no meu modesto entender, a dialéctica pode ser o método de estudo das complexidades. Trata-se portanto de considerar “ a complexidade como espiral interseccional de várias dimensões” (José Antunes de Sousa, 2010).

Tudo isto sem esquecer o importante contributo de Humberto Maturana e de Francisco Varela com o seu conceito de *autopoiesis*: o que define a vida, em cada sistema vivo individual, é a autonomia e a constância de uma determinada organização das relações que o constituem.

1.8 A educação e o treino

A prática desportiva, que se define, primeiro que tudo, pela combinação entre a dimensão genuinamente lúdica e a dimensão agonística, isto é, a componente intersubjectiva no âmbito da qual duas vontades se confrontam em busca da vitória (Manuel Sérgio, 2001), constitui, por via disso e pelo facto de promover, acessória mas significativamente, o respeito pelas normas, a solidariedade, a festa e o convívio humano, perfila-se como instrumento privilegiado de socialização e de recreação (no duplo sentido: recreio e reestruturação interior).

Mas para que este desígnio verdadeiramente educativo (na senda da *paideia* grega) se verifique de facto, isto é, para que o desporto seja humanamente enriquecedor, necessário é que aquela combinação ludico-agonística se expresse na “justa medida”, em equilíbrio e harmonia - de resto, só há crescimento no equilíbrio, como, no

campo da fisiologia, nos recorda Cannon e, no âmbito de uma interacção com o meio ambiente, nos confirma Claude Bernard (1878) com o seu conceito de “homeostasia”.

Quando, porém, como vem sucedendo neste nosso tempo, um tempo caracterizado pela paixão colectiva pelos ícones da felicidade rápida (Antunes de Sousa, 2002), a luta e a competitividade na busca incondicional do absoluto da vitória tomam a dianteira e quase anulam a dimensão prazenteira e frutiva do desporto, é lógico que esse desiderato realmente educativo é seriamente posto em causa.

E isto é particularmente evidente quando observamos as exigências do tipo comercial (lei do mercado) que coisificam e degradam, até à condição de mera mercadoria, o agente desportivo de alto rendimento, designadamente no futebol. Mas é-o também e, aqui, de forma deveras preocupante, no afã despótico de muitos pais e outros agentes que, ao detectarem numa criança sinais de talento, a fazem entrar à força numa espécie de forja de craques, sugando-lhe aquilo que, para ela, é mais importante: o espaço lúdico para crescer. Quando se quer, à viva força, enxertar no homem o craque, este, a acontecer, é à custa do homem que acontece - e, após a fulguração da estrela cadente, o vazio e a solidão. Mas há mais: pouco ou nada educativo é um desporto se este se exprimir exclusivamente nas suas componentes física, táctica, técnica e normativa. Um desporto confinado à sua lógica performativa, sem atender à complexidade que resulta da interacção entre diferentes sujeitos, entre estes e o meio - familiar, clubista e outros - à complexidade que é inerente à própria singularidade dramática de cada um dos praticantes, sem, enfim, atender ao todo que, para lá de cada uma dessas componentes, o desporto realmente é, esse desporto não cumpre a sua natural missão, que é sê-lo verdadeiramente - e bem sabemos como a ludicidade desempenha um papel decisivo na humana busca de sentido da vida e do mundo, como o atesta o engodo das crianças pela brincadeira.

É simples: se é complexa, misteriosamente complexa, a condição de homem e se o desporto é uma actividade eminentemente humana, só pode ser *também* complexa essa actividade: “a verdade é o Todo”, expressão hegeliana que Manuel Sérgio repetia, vezes sem conta, nas suas aulas de Epistemologia da Motricidade Humana. E a uma actividade humana, se a amputamos desse desígnio de constitutiva complexidade, o que, em suma, estamos a fazer é desumanizá-la, esvaziando-a, portanto, do seu conteúdo educacional.

Ora, quando há cerca de 22 anos, Manuel Sérgio aconselhou o seu aluno, José Mourinho, a estudar as ciências humanas, para ser um treinador (e o treinador, é também, como se disse, um educador), e Mourinho garante que este conselho lhe revolucionou a sua maneira de ver o treino e a competição, não o ensinou a liderar um treino, mas apontou-lhe o caminho: no treino e na competição, estão homens e não apenas físicos e, num ser humano, “o físico está integral e superado” (Manuel Sérgio, 2005)

E tudo isto é igualmente válido no âmbito pedagógico da escola: “A instituição escolar deve fomentar o gosto pela actividade física, através da sua disciplina de educação física, criando hábitos desportivos para a vida, tal como a disciplina de português deverá criar hábitos de leitura, a educação musical o gosto pela música” (Marivoet, 2002).

É, contudo, mais o que, neste âmbito da motricidade humana, exige uma educação física - que seja o homem todo em movimento quem assim se educa. É para esta intencionalidade transformadora que o treino ou a prática desportiva propriamente dita, como pressupõe esta nova proposta paradigmática formulada sobretudo por Manuel Sérgio, deve sempre apontar: “que tipo de homem quero eu que nasça da aula, ou do treino, que vou ministrar” - eis a questão central que cada treinador ou educador deve, segundo Manuel Sérgio, colocar-se a si próprio.

Sobretudo em alta competição, são permanentes o stress, as pressões e os choques psicológicos de toda a ordem. E, por isso, não basta saber de desporto para motivar, esclarecer, apoiar um atleta. O diálogo de muitos treinadores com os jogadores converte-se, não raro, num monólogo interminável do treinador. O atleta emudece, isto é, perde expressividade humana, parecendo mais coisa do que sujeito: “Toda a investigação científica deve doravante tornar-se consciente do problema epistemológico que comporta” (Edgar Morin, 1980). Sendo o Desporto, como acima se sugere, um dos subsistemas da Motricidade Humana, tem de “ler” o desporto e os desportistas a partir de uma grelha holística e, portanto, diferente da forma social e imediatamente percebida pelo adepto comum, como adverte Norbert Elias (2008): “A maneira corrente de formarmos as palavras e os conceitos, no Desporto, reforça a tendência do nosso pensamento, para reificar e desumanizar os atletas”. É, com efeito, o humano, na sua complexidade, o que, em última instância, está em causa, em todos os momentos da prática desportiva. A prioridade crítica, nesta área do conhecimento, não pode desconhecer uma *episteme* que atravessa toda a prática desportiva: o Desporto é um produto do Homem!

1.9 A Fenomenologia e a Hermenêutica

No âmbito deste nosso estudo parecia-nos natural escolher contextos diversos da vida humana onde o desporto estivesse presente e percorrer as interacções que nesses contextos se estabelecem entre o desporto e a vida. Fazer este estudo pressupôs também que se pudesse usar a experiência de vida que tinha, reflectir sobre ela à luz de uma teoria que adoptamos como referencial de análise do desporto para além do desporto. A Motricidade Humana encara o desporto como resultado uma complexidade em movimento intencional que visa sempre uma superação em ordem a uma realização que se prossegue; isso implicou uma radical mudança no âmbito da prática da minha profissão. Por outras palavras: a passagem do homem-máquina ao corpo em acto, reclama uma prática que desenvolve e não funcionaliza, que humaniza e não reifica, que liberta e não robotiza e que esta prática centrada no primado exclusivo do desempenho físico-desportivo promove a reificação do praticante e a sua desumanização. Vou tentar provar esta afirmação, através de uma reflexão acerca do núcleo mais significativo da minha experiência profissional. Neste sentido, creio assumir alguma importância o trabalho, por mim desenvolvido, no Estabelecimento Prisional de Paços de Ferreira e no futebol de alta competição, porque: “Uma acção é uma interacção funcional entre o indivíduo e o seu ambiente, com um determinado propósito. De acordo com Reed (1982), a acção é mais que uma mera organização de estruturas anatómicas. É uma relação funcional com o ambiente, um modo selectivo de usar recursos para um determinado fim. Portanto, a acção não pode ser separada do ser que a manifesta. Como actividade cognitiva que é, revela quanto o sistema cognitivo está intrinsecamente ligado ao sistema motor” (Duarte Araújo, 2006, pag. 18). Mas nem só a cognição se encontra ligada ao sistema motor, como acentua Manuel Sérgio (2003, p. 18): “O desporto (...), sem pôr de lado a biologia, há-de ter presente toda uma dimensão humana, onde deverão caber, sem dúvida, a política, a intuição poética e a utopia do futuro. A super estimulação que a tecnologia exerce sobre o Homem do nosso tempo pode conduzir o desporto a uma matemática reguladora e implacável de super campeões profundamente cibernéticos, sofrendo daquela doença a que Sorokin chamou de **quantofrenia**, mas sub-homens no que a dimensão humana tem de libertação, de vivência emotiva, de solidariedade”. Esta nova abordagem decorre da «ciência nova» que o próprio Manuel Sérgio propõe e que, na sua prática, reclama, por sua vez, o *método integrativo*, que permite a transformação do objecto em várias práticas específicas, uma ciência nova por ser

novo o seu objecto: o ser humano, em movimento intencional, visando superar e superar-se (física, intelectual, política e eticamente). E o desporto é uma daquelas práticas. E criou esse novo objecto de estudo, a partir, como se disse já, da leitura do livro *Phénoménologie de la Perception*, de Maurice Merleau-Ponty (1945), o qual, como afirma Isabel Matos Dias (1989, pag. 150) “visa superar uma filosofia da consciência e do sujeito: porém, a consciência reflexiva é, para tal, enraizada numa consciência irreflexiva corpórea e o corpo torna-se sujeito, detentor de sentido e de um saber do mundo, raiz da unidade do mundo que, paradoxalmente, tem já unidade, pois é definido em termos de sentido. Pretende-se ainda superar o *Cogito* por um outro *Cogito*, ainda que mais originário”. Ou seja, o sujeito só o é como corpo-sujeito, a reflexão só também o é quando mergulha no irreflectido, em poucas palavras: não é possível um saber objectivo, sem uma anterior experiência corpórea. Daqui se infere a importância da educação do *esquema corporal* e do *eu corporal* e até da própria iniciação desportiva. Não é possível também esconder a palavra *transcendência*, que integra o paradigma desta área do conhecimento. “O homem, em si e a partir de si, está dotado de uma orientação e de uma capacidade de «comércio» com o mundo, e toda a sua motricidade é uma procura intencional do seu meio... para realizar e realizar-se” (José Antunes de Sousa, *Vergílio Ferreira e a Filosofia da sua obra Literária* - Ed. Piaget, p. 169).

O desenvolvimento da motricidade humana é uma necessidade pessoal e um direito. A condição física, a saúde, as habilidades básicas, as habilidades específicas, a expressão corporal, o respeito pela natureza como a casa comum de todos os seres vivos, uma consciente participação no acto educativo, a criação de espaços para um lazer activo e para um desporto onde a competição seja, acima de tudo, solidariedade, a *educação motora* (o ramo pedagógico da ciência da motricidade humana) como escola de democracia: são propósitos que ela promove e pretende concretizar, em vista a uma progressiva humanização, a qual supõe um esforço constante de *transcendência* dos nossos limites, das nossas deficiências, do nosso próprio comodismo e absentismo. Quando a actividade desportiva não é desenvolvida e orientada com esta formação e sob esta perspectiva poderemos então verificar que o desporto deixa de ter essa componente e trata os seus intérpretes como figurantes de momento, explorando-os até os seus limites e deitando-os fora quando termina a sua competência como homens-máquina. Ora, foi com esta filosofia de base, proveniente dos meus estudos, das minhas vivências e do meu convívio fraterno com Manuel Sérgio que assumi as funções que me foram cometidas na Prisão de Paços de Ferreira. Um ponto que pretendo realçar: se de facto, nesta tese, parto de uma filosofia de base, não me sinto subordinado, servilmente, a nada nem a ninguém. Apesar do foco inspirador das ideias anunciadoras de Manuel Sérgio, cuja influência jamais negaria, o certo é que havia já em mim, se calhar, nesse tal domínio misterioso do irreflectido, do significativamente vivencial, estes pressupostos de uma nova concepção, a partir mais do coração, enquanto verdadeira sede da vida intelectual, do que de um raciocínio sistémico e elaborado, e que porventura condicionavam e motivavam já a minha prática pedagógica de então. O importante é que o ser humano não perca nunca a consciência da sua dignidade, nem o desejo de transcendência. Segundo Gilbert Hottois (2002, pp. 238/239), Husserl alerta para o facto de predominar, na ciência contemporânea, um imperialismo cientista que pretende objectivar e quantificar, com rigor absoluto, o próprio sujeito, “daí, o desenvolvimento de uma psicologia e de uma sociologia ditas científicas, bem como das ciências humanas, em geral. Uma tal abordagem objectivista e naturalista (...) representa, para Husserl, a traição a toda a autêntica ciência do espírito. A consequência desse extravio da ciência ocidental é a crise: a crise do sentido, devido ao facto de a ciência, que domina a civilização contemporânea, ter prescindido cada vez mais do sujeito (a consciência sensível e reflexiva), fonte de todo o sentido. A ciência parece assim estar separada da vida, da

existência. Para sair da crise, é preciso voltar a enraizar as ciências, no mundo da vida (*Lebenswelt*). Este mundo é o do sujeito consciente de si, como sujeito (e não como objecto), consciente do seu ser histórico e temporal e da sua relação com os outros sujeitos”. É isto o que vamos tentar fazer: que o conhecimento científico que, nesta tese se revele, seja uma expressão da própria vida. Alçada Baptista (1985, p. 93), na linha do pensamento de Husserl, observou, com justeza: “Hoje, estou certo, de que, se vivemos sem assumir na sua essência a nossa condição humana - sem participar, sem amar, sem conhecer, sem criar, sem alegria ou sem dor - se dá, na economia de uma história de homem, aquilo a que se chama *tempo morto, tempo de homem morto* (...). Pretendo chamar a atenção para o facto grave de que, quando não sustentamos a opção séria e corajosa dos poucos que se decidiram pelo amor, pela criação, pela esperança, pela interrogação, estamos a destruir o que de melhor pode haver em cada homem, estamos a destruir a experiência infinitamente preciosa que pode dar um sentido à vida”

Dir-se-ia que “a implicação social da motricidade humana não deve resultar de uma consideração tolerante ou caritativamente inclusiva do *outro*, mas do real auto empoderamento do próprio: é a partir do movimento autocentrante e autoconsciente de cada um que a conversão e a mutação da sociedade se enceta e se realiza. Há, por isso, o perigo de uma deriva utópico-romântica, de um discurso mais que tudo proclamatório e panfletário e em que a motivação primeira é sobretudo o ressentimento, em vez de ser o encontro jubiloso de cada um com o centro ontológico de si e que se manifesta através da dramaticidade do corpo próprio” (José Antunes de Sousa, 2010).

Licenciado em Desporto e trabalhando, quer no âmbito educativo, quer no desporto de alta competição, depressa concluí que o diálogo, a linguagem constituíam preciosos auxiliares da minha profissão. Foi Lévi-Strauss quem, em primeiro lugar, com maior vigor assinalou a importância da linguagem, no conhecimento científico: “ (...) a linguagem: embora seja objecto de uma ciência, como as outras, impregna-as a todas: na ordem dos fenómenos sociais, nada pode existir sem ela. Não poderíamos colocar os factos linguísticos no mesmo plano dos factos económicos ou jurídicos: os primeiros são possíveis na ausência dos segundos, mas não o inverso” (Claude Lévi-Strauss, “Critères scientifiques dans les disciplines sociales et humaines”, *Aletheia*, n.º 4, p. 197, in Eduardo Prado Coelho, *a palavra sobre a palavra*, Portucalense Editora, Porto, 1972, p. 10). O mesmo autor, na sua *Anthropologie Structurale* (1958, p. 392) afirma: “A linguagem é, ao mesmo tempo, o facto cultural por excelência (distinguindo o homem do animal) e aquele através do qual todas as formas da vida social se estabelecem e perpetuam”. Daqui a necessidade de pensarmos o Desporto, como Hermenêutica.

1.10 Psicomotricidade, Ócio e Saúde

Como vimos atrás, psicomotricidade corresponde a uma etapa da evolução paradigmática da Educação Física, etapa que podemos situar no limiar de um saber, aberta e assumidamente holístico. Com a ressalva importante de que esta decursividade (que é também uma discursividade) da consciência que vai iluminando o saber (ou os saberes) não deve entender-se num registo rigorosamente cronológico: a psicomotricidade não é, por isso, um conceito ultrapassado, mas que se integra nesta visão holística a que fazíamos referência.

A Federação de Associações de Psicomotricidade do Estado Espanhol, por exemplo, reconhece “uma Psicomotricidade baseada numa visão global da pessoa, que integra as interacções cognitivas, emocionais, simbólicas e sensoriomotrizas na capacidade de ser e de expressar-se num contexto psicossocial” (Pradillo,

2005). Ora, a psicomotricidade, assim entendida, desempenharia, por certo, um papel decisivo no desenvolvimento harmonioso da personalidade, facto que justificaria a aplicação das suas técnicas a qualquer grupo, independentemente das idades.

Como à intervenção psicomotriz subjaz, como deriva do próprio nome, um procedimento do tipo psicológico e como são diversas as respectivas metodologias e abordagens, melhor fora, e mais apropriado, falarmos em “psicomotricidades”, significando, com isso, a atitude de um compromisso prático entre os vários modelos concretos.

Segundo referem vários autores (Berruezo, 2000), (Boscaini, 1992), (Argyle, 1993), a intervenção psicomotriz, na medida em que pretende atingir a conduta, acarreta, sem dúvida, um carácter intencionalmente formativo, educativo, ou reeducador.

Aqui interessa-nos particularmente referenciar o papel catalisador que, no âmbito de uma intervenção que visa reeducar (designadamente no caso dos reclusos), pode desempenhar o tempo livre do *ócio* e como uma vivência lúdica e catártica desse *espaço vazio* pode interferir beneficemente na própria saúde. Desde logo, porque ao conceito de saúde há que vê-lo numa perspectiva de totalidade: eu não tenho saúde nesta ou naquela parte do corpo, eu *sou* saudável. Saúde não é o mesmo que sanidade, nem é a mera ausência de doença. É algo de intrínseco e positivo - em ordem à autonomia, responsabilidade e controlo do próprio corpo.

E o ócio, que, diga-se, é o contrário de ociosidade (o nada fazer satura e mata), desde que preenchido pelo êmbolo vitalizante da ludicidade, isto é, desde que mediado pelo jogo, pela brincadeira, pode promover o reencontro com o pulsar genuíno da pessoa e pode, assim, converter estas pessoas a um mundo de que se julgavam, quiçá definitivamente, marginalizados: “a pedagogia do tempo livre trabalha em todos os indivíduos onde quer que estejam (mesmo na prisão!) para que o tempo vazio se povoe de ocupações frutuosas e benéficas para o desenvolvimento da personalidade” (Paciano Feroso, 1994).

De resto, a Carta Internacional da Educação do Ócio, que surge no simpósio de Génova, em 1967, considera o ócio como uma área específica da experiência humana, como um recurso importante (e nunca um desperdício!) de desenvolvimento pessoal e social, como uma fonte de saúde e bem-estar e, entre outras coisas, como um direito básico.

Capítulo II

Da Teoria à Prática

1. Futebol

1.1 História e evolução do Futebol

O Futebol, ao longo dos tempos, sofreu algumas evoluções, determinadas pelas capacidades e conhecimentos que orientaram o processamento do jogo.

Procuraremos abordar, numa breve análise, alguns aspectos de maior evidência que a sua história exprime e documenta:

O aparecimento do Futebol deve-se à prática e evolução dos jogos com bola desde a pré-história. Distintos povos envolvidos por uma diversa prática de jogos, com a sua própria ordem de usos e costumes, exprimiram uma base de que propiciou a evolução para o Futebol, que hoje conhecemos (Costa, 2004).

Segundo o autor referido, na China existem documentos com mais de trinta séculos, que atestam uma diversa forma de jogar a bola. No ano de 206 a.C. foi publicado um livro que regulamentava um jogo praticado 2.500 a.C. como forma de treino militar dos soldados (Enciclopaedia Britannica, 1987).

Em 776 a.C., os gregos já conheciam um jogo de bola denominado “epyskiros” que integrava o programa de educação atlética da juventude helénica (Unzelte, 2002). Também na Grécia, em 20 anos a.C. havia uma competição (Speskiros ou Harpastum), disputada num campo delimitado por duas linhas de fundo. A bola era de couro, recheada com crinas de animais e, antes do juiz dar início ao jogo, a mesma deveria ser colocada ao centro. Duas equipas disputavam a partida, devendo cada uma delas colocar-se na linha respectiva, que representavam a cidadela. Não eram marcadas faltas, devendo os jogadores, após indicação do juiz, dirigir-se em direcção da bola, transportando-a para a cidadela adversária. Este jogo, posteriormente assimilado pelos romanos, quando conquistaram a Grécia, foi estendido a todo o Império (Enciclopaedia Britannica, 1987).

Com a conquista da Gália pelos romanos o “Harpastum” deu origem ao “Soule ou Choule”, em França, tendo, como fundamento da sua prática, o lazer para os nobres, atingindo picos de violência, quando praticado por populares. O jogo resumia-se a fazer passar uma bola entre dois bastões afixados ao solo (Dias, 1980; Borsari, 1989).

Cerca de 1500, em Florença, iniciou-se a prática de outro jogo da bola, denominado “Calcio”, disputado por dois grupos de vinte e sete elementos, com regras definidas. O campo, resumia-se a uma praça; os jogadores eram distribuídos em formação táctica guerreira, com elementos destacados para o ataque, outros alinhados para o meio campo e os demais para a defesa. A sua prática foi aberta a toda a comunidade, havendo inclusive no Vaticano informação de que o “Calcio” foi muito defendido pela Igreja (Costa, 2004).

A origem do jogo confunde-se com a origem da humanidade. Para Johan Huizinga, o jogo existe antes da cultura e do aparecimento do Homem na Terra, dado que, de acordo com este autor, “os animais não esperaram a

chegada do ser humano, para que ele os ensinasse a jogar” (**Homo Ludens**, Gallimard, Paris, 1951, p. 32.). Por isso, não surpreende que, desde os primórdios da pré-história, encontremos uma bola e um jogo. “Um homem e uma bola é uma relação tão ancestral, tão natural e tão fatal, que podemos considerá-la intrínseca à cultura humana (...). Pontapear algo que lhe surge no caminho é um dos gestos mais naturais do homem” (Álvaro Magalhães, **História Natural do Futebol**, Assírio & Alvim, Lisboa, 1994, p. 13)

A criação do Futebol moderno é atribuída aos ingleses. Embora seja conhecida a introdução do “Harpastum” pelos romanos, também se sabe que no séc. XII, jovens britânicos o praticavam já. Era, por assim dizer, um jogo disputado entre cidades vizinhas “Hurling over Country”, do nascer ao pôr-do-sol, e em que uma bola deveria ser chutada ou empurrada até um ponto previamente determinado. A história refere a existência de muita violência, causando mesmo muitas vítimas, devido à não existência de limites, no número de jogadores, na sua duração (chegava a durar alguns dias), ou de outras regras de respeitabilidade entre os opositores. Alguns reis reprovaram esse desporto pela violência que provocava. Eduardo III, Henrique IV e Henrique VI ou colocaram o Futebol na lista de desportos inúteis ou assinaram éditos, abolindo a sua prática.

Posteriormente, foi-se assistindo a uma gradual capacidade prática de menor violência, sendo o campo de jogo delimitado por 100 metros por 30, tendo no meio da linha de fundo a colocação de dois postes de 4 metros de altura. Passou a designar-se por “Hurling over Goals”. Pela dinâmica imprimida no desenvolvimento da revolução industrial, o jogo ganhou outras formas, afastando a vertente propriamente guerreira para ser interpretado como actividade lúdica. Surge o “Dribling Game” ou jogo do drible, o qual com algumas modificações deu origem ao “rugby”, permitindo-se o uso das mãos e pés para tocar a bola. Porém, alguns colégios, (1815), como Eton, Oxford e Cambridge não permitiram o uso das mãos, definindo claramente um jogo “FOOTBALL” que conquistou o povo britânico (Costa, 2004). De facto “só faz sentido falar de “Futebol” desde que ele passou a ser um desporto e aqui não restam dúvidas que ele triunfou por todo o mundo na qualidade de *English Sport*. A transformação duma sociedade pré-burguesa é necessária para que o desporto possa, pura e simplesmente existir. Foi na Inglaterra que isto aconteceu primeiro e da forma mais eficaz e sustentada: do privilégio aristocrático do lazer surgiram as ocupações para os tempos livres” (Claussen D. 2006 - Sobre a estupidez no Futebol, *Análise Social* pp. 587,588).

Mais tarde, 1848, na Universidade de Cambridge, num encontro entre Universidades mais representativas do momento, catorze estudantes propuseram as primeiras regras uniformizadas. Até que em 26 de Outubro de 1863, onze dirigentes provindos das Universidades de Eton, Cambridge, Oxford se reuniram em Londres na Free Maison’s Tavern e fundam a “Football Association”, codificando as principais regras e a que o mundo jamais deixou de aderir de forma tão empreendedora quão entusiástica.

1.2 Caracterização do Jogo de Futebol

Mas o grande incremento do futebol aconteceu, quando o cônego Thomas Arnold reformou radicalmente a prática de vários desportos, conferindo-lhes um inigualável valor educativo. Ao assumir, em 1828, a direcção do Colégio de Rugby, onde se jogava por tradição um futebol brutal, faz dos vários desportos, e não só do futebol, veículos poderosos à formação do carácter e ao exercício da liderança, da disciplina, da lealdade - tudo isto à luz do velho ditado “mente sã, em corpo são”. Um parêntese: a ideia da mente sã em corpo são era um platonismo (Platão viveu entre 428 e 347 a. C.) que via no ser humano um espírito, encurralado dentro de um

corpo. Sob este ângulo de visão, “a alma racional é substância completa, espírito puro, anterior ao corpo, com o qual se une acidentalmente” (António Freire, **O Pensamento de Platão**, Livraria Cruz, Braga, 1967, p. 132). Por isso, cabia à alma conduzir e comandar o corpo, pois que (lê-se no **Fédon**, 66 b-d) “enquanto possuímos o corpo e a alma estiver mergulhada nesta corrupção, impossível nos é alcançar o que desejamos, isto é, a verdade”. Descartes (1596-1650) e Hegel (1770-1831) continuam o platonismo, se bem que sem os extremos de idealismo em que o autor da **República** descambou, já que o tempo de Platão era bem diferente daquele que Descartes e Hegel viveram. No entanto, num ponto eles concordavam: na superioridade da alma, substância espiritual, sobre o corpo, substância material. “Num dia de 1806, o filósofo Hegel vê Napoleão trotando a cavalo, nas ruas de Berlim. Escreve logo a seguir numa carta que viu o espírito a cavalo. Para ele, a atitude da Revolução Francesa, prolongada por Napoleão I, representa o triunfo da razão. A filosofia das Luzes irá reinar sobre o mundo. A história das ideias está terminada porque a razão triunfa” (Bruno Jarosson, **Humanisme et Technique**, PUF, Paris, 1996, p. 9). Neste contexto ideológico, o corpo, que é simples matéria, deve trabalhar-se, para que a razão possa revelar-se em toda a plenitude. É este o espírito filosófico e pedagógico que preside ao progresso da educação física e do desporto, na Europa. Em poucas palavras: o corpo é instrumento da alma! O dualismo antropológico racionalista surgia também no treino desportivo, confundindo-se o treino físico com a ginástica, mas não emergindo dele o todo que o praticante é, nem a totalidade em que o futebol se desenvolve.

A modalidade de Futebol, pelas suas características, é normalmente classificada como modalidade desportiva colectiva, o que a coloca em comum com outras modalidades como o Andebol, o Basquetebol, o Voleibol, o Futsal e o Rugby, entre outras.

Essa classificação está assim definida, porque possui uma série de elementos comuns que se caracterizam, entre outros factores, pela aciclicidade técnica, por solicitações e efeitos cumulativos morfológicos, funcionais e motores e por uma intensa participação psicológica e mental (Teodurescu cit. Garganta, 1997).

Uma das questões fundamentais dos Jogos Desportivos Colectivos pode ser constatada numa situação de oposição, em que neste caso, se permite aos jogadores coordenar as acções com a finalidade de recuperar, conservar e fazer progredir a bola, tendo como objectivo criar situações de finalização e marcar golo ou a obtenção de ponto. (Gréhaigue & Guillon, 1992 cit. Garganta, 1997).

O Futebol é um jogo de oposição em que duas equipas se confrontam de forma dinâmica e invasiva (o que o distingue do Voleibol), onde o contacto físico é permitido (com limites - ao contrário do Basquetebol) e que não possui zonas de impedimento dos jogadores (diferindo do Andebol). A sua prática efectua-se ao ar livre (diferente das demais modalidades colectivas) o que determina a uma adaptação às condições climáticas, ao estado do terreno de jogo, etc., o que implica uma atenção especial a uma maior imprevisibilidade e aleatoriedade do resultado.

Esta leitura tem sido comprovada por Garganta (1997), tendo por isso definido o Futebol como um jogo colectivo, desenvolvendo-se num ambiente de elevado índice de aleatoriedade e imprevisibilidade em que duas equipas se confrontam, procurando controlar o tempo e o espaço através de acções de oposição sustentadas por experimentadas reacções de cooperação.

O facto de a modalidade ter emergido a partir da capacidade criativa e adaptativa de gente ligada à educação e cultura, torna-a naturalmente mais emblemática e universal. “Há duas grandes razões que ajudam a explicar a popularidade do Futebol: uma o teor transgressivo e bizarro do seu padrão gestual, isto é, o facto de este desporto, ao contrário dos demais, ser jogado com os pés, as extremidades mais afastadas do nosso mediador da

consciência que é o cérebro e, por isso mesmo, uma das partes do corpo mais negligenciadas (...) Ao invés, as mãos simbolizam, desde sempre, o poder (...). Ora, integrar a actividade dos pés no desígnio inteligente com admiráveis manifestações de beleza e precisão é algo que surpreende e fascina. A outra prende-se com a sua simplicidade de processos e de normas - qualquer pessoa entende imediatamente as regras e a intencionalidade deste fantástico jogo” (José Antunes de Sousa - *Desporto em Flagrante*, Livros do Brasil 2010, pg. 166).

A sua vertente cultural enquanto ligada ao poder simbólico e místico que retrata na forma como é jogado (sem o uso das mãos), permitiu, com efeito, marcar a diferença entre as demais modalidades de desporto colectivo.

A permanente resistência no que respeita à mudança ou alteração criteriosa das suas regras por parte da Internacional Board, confere-lhe também uma acentuada singularidade, uma vez que as sucessivas modificações poderiam provocar uma desencorajante diminuição da margem aleatória e incerteza do resultado (Daolio, 2000 cit. Costa, 2005).

Sem dúvida que estas premissas conduzem aos aspectos emotivos com que se debate o confronto entre equipas, promovendo e influenciando as opiniões mais desconcertantes na sociedade onde estão inseridas e onde, por isso, cada equipa revela, pela sua forma de jogar, as características da comunidade que representa (Costa, 2005).

Todos estes factores, relevam o forte impacto social que o Futebol possui, nos diversos países, sendo assim um reflexo de expressão cultural de um povo (Lobo, 2002). O mesmo autor refere que cada estilo de jogo é produto das idiosincrasias em se envolveu. A preservação dos traços identitários de cada local são fundamentais para que o Futebol mantenha as suas características genuínas, e, definidoras dos seus “futebóis”.

Poderemos, por isso, caracterizar por exemplo, as diferentes formas de jogar como decorrentes de um determinado contexto social, cultural, dum tipo de sociedade que lhe dá suporte. Anotamos alguns exemplos:

Argentina: os jogadores apresentam algumas características-tipo, tais como: uma grande voluntariedade e entrega ao jogo, aliada a uma boa capacidade atlética e visão de jogo, qualidade técnica superior, habilidade e objectividade que partilham como os europeus. Exemplos: Simeone; Sensini; Maradona; Valdano; Saviola; Zanetti; Lisandro Lopez, etc.

Brasil: jogadores com grande capacidade criativa, com alto pendor ofensivo, mas de fraca objectividade e uma elevada tendência egocêntrica, fazendo valer a sua máxima característica no toque de bola criativo com o primado da arte e da genialidade. Exemplos: Pelé; Romário; Garrincha; Zico; Ronaldinho Gaúcho; Robinho; KaKá, etc.

Itália: jogadores com elevada qualidade na leitura de jogo e sua compreensão táctica. Pragmáticos, objectividade de função e sentido colectivo aliado a uma elevada capacidade técnica e habilidade. Exemplos: Baresi; Paolo Maldini; Pirlo; Nesta; Baggio; Del Piero, etc.

Holanda: normalmente os jogadores deste país apresentam uma grande capacidade técnica aliada a uma excelente leitura de jogo, objectividade e rapidez de execução, resultando num Futebol colectivo e de grande sedução. Exemplos: Ruud Gullit; F. Rijkaard; Van Basten; M.Overmars; D. Bergkamp.

Inglaterra: jogadores, do ponto de vista atlético, muito fortes, com grande tendência ofensiva e que fazem do passe à distância a sua marca, acompanhada dum elevado pragmatismo acompanhado pelo respeito às regras, *fair play* e lealdade, desprezando qualquer tipo de situação injusta que possa ter ocorrido. Exemplos: Bobby Robson; M.Ferguson; B.Charlton; D.Backham; F.Lampard; W. Rooney; M.Owen; Gerrard, etc.

Alemanha: jogadores com grande porte atlético, sendo muito fortes no aspecto colectivo. Registam uma notável capacidade posicional, com muita agressividade e boa visão de jogo, aliando a eficiência à forma objectiva de bem jogar. Exemplos: F.Beckembauer; K. Rummenigge; J.Klinsman; L.Mathaüs; S. Effenberg, etc.

Portugal: é dos poucos países que rivalizam com o Brasil no que concerne à produção de jogadores com capacidade de improvisação, com elevado espírito de jogo ofensivo, capacidade técnica elevada e improvisação. A pouca objectividade e algumas características do individualismo não destroem a espectacularidade do criativo e do imaginativo. Exemplos: Eusébio; Fernando Gomes; Luís Figo; Paulo Futre; Chalana; Rui Costa; Cristiano Ronaldo; Ricardo Quaresma, etc.

O Futebol português, segundo Lobo (2002) foi fortemente influenciado pela miscigenação, resultante da inclusão de jogadores das ex-colónias. O Futebol português “tem o cheiro de África e do Brasil sul-americano, o toque, o bailado à brasileira, como gostavam de referir os analistas”, caracterizando-se pela dominância dos aspectos técnicos, pelo passe curto, a desmarcação constante, e pelo improvisado dos jogadores.

A dinâmica imprimida pelas formas de jogar, implica algumas referências que não podem ser separadas do viver das sociedades que lhe estão associadas. Podemos dizer, por isso, que o modelo latino é normalmente caracterizado como sendo representativo do “romantismo”, revelando um estilo de jogo com base no domínio da posse de bola, explorado pelos passes curtos, ancorado na virtuosidade individual, procurando o espectáculo assente numa elevada capacidade técnica e criatividade (Soares, A; 2002).

Na opinião do autor atrás referido, o Futebol anglo-saxónico tem como premissas a aplicação dum estilo de jogo fundamentado na força físico-atlética, capacidade muscular, falta de improvisação, mecanizado e sem imaginação.

Ao contrário do Futebol latino, por muitos denominado “futebol poesia”, o anglo-saxónico, é considerado um jogo sem capacidade imaginativa, um “futebol prosa” em que predomina a segurança de posse com base nas triangulações, em que o colectivo se preocupa em passes longos “geométricos” e de grande agressividade pela posse da bola ou na reconquista da mesma (Xavier, M; 2004 cit. Costa, 2005).

Ainda em relação ao Futebol latino, Freitas Lobo, L. (2008), documenta a forma de jogar como geneticamente defensivo, ganhando vida própria no contra - ataque. E continua: “é este o seu A.D.N. Itália, Portugal, Espanha e França são os seus exemplos. O Futebol português tem o cheiro de África, do Brasil e da América do Sul”.

A França, à medida que começou a receber alguns jogadores provindos da África negra, ilhas do Pacífico e suas antigas colónias foi modificando o seu padrão de jogo.

A Espanha absorveu a raça e o carácter da América Latina (ex-colónias) e implementou o estilo da fúria ao seu modelo de jogo.

A Itália manteve-se fiel às raízes. O seu mundo reserva-se pela manutenção de estilo. Por isso o Cattenacio continua a fazer sentido, sendo a expressão da sua mais genuína escola.

Seguindo o raciocínio de Luís Freitas Lobo, o autor remete-nos para essas características de Futebol jogado, adequadas aos diferentes países. Referindo-se ao estilo francês, comenta que o mesmo não foi capaz de provocar grandes paixões, até o surgimento da “outra França” de Zinedine Zidane. O grande sucesso do futebol francês foi ter recebido essa força aglutinadora numa corrente migratória que lhe conferiu uma identidade muito própria.

Relativamente ao Futebol em Espanha, verificou-se que durante muito tempo prevaleceu, como atrás foi evidenciado, um Futebol de “fúria” espanhola, expressão utilizada pela 1.ª vez por Paco Bru nos jogos de

Antuérpia em 1920 em que a selecção espanhola se sagrou vice-campeã. Mais do que um estilo de jogo, era um estado de alma. As atmosferas regionais geraram um Futebol híbrido, onde coexistiam diferentes escolas. No entanto, novas gerações imprimiram outros conceitos e por consequência, outras influências. Assim é que o Basco é diferente do Andaluz e este do Galego e do Catalão, sem contudo perder uma ideologia técnica latina verdadeiramente transversal. A Espanha, revela-se assim um caso muito particular, visto que mais do que uma identidade nacional, existe uma forte identidade regional, um “cocktail de estilos”. A variedade de mentalidades, dificulta a estabilidade de um sentimento aglutinador, onde, devido a estar perante um espelho de diversas culturas, tem sempre muitas dificuldades em apresentar o seu verdadeiro estilo (Lobo, 2002).

Relativamente a Portugal, refere que geneticamente e geograficamente se insere na escola latina, tendo contudo personalidade muito própria, naturalmente influenciada pela presença dos jogadores africanos e brasileiros, como vimos. Por isso, sendo mais lento que o espanhol, é incomparavelmente mais artístico.

Na cultura holandesa, não obstante notar-se a referência aos traços técnicos, artísticos e imaginativos por inspiração sul-americana, nunca descuraram a condição atlética que gerou o conceito de Futebol-total.

No Brasil, o Futebol representa uma actividade que tem sobre a sociedade um efeito tremendo, constituindo-se como a prática de eleição da população, peladas na praia, na rua ou em qualquer outro lugar, assim como jogos de futevolei, são sempre integrantes da paisagem brasileira (Lobo, 2002).

Magno et al. (2007), salienta que o modelo de vida dos brasileiros se conjuga com o estilo brasileiro de jogar, onde o jeitinho e a malandragem se manifesta e pode ser celebrado como estratégia de sobrevivência social. A paixão pelo Futebol no Brasil, constata-se nas seguintes palavras de Netto, (2005): “No Brasil, o menino ao nascer ganha nome, religião, e um time de futebol. Mal começa a andar e já chuta bola com uniforme do clube de preferência. Inicia-se assim a construção social do acto de torcer no futebol, do que resulta um fato sócio-histórico que mescla a identidade pessoal e colectiva do chamado torcedor”.

Como vimos, a exploração das diversas formas de jogar está de acordo com a adaptação às condições sociais e culturais de vida vigentes, pela sociedade lhe está subjacente. Por isso é que os padrões de jogo se vão modificando à medida dos índices migratórios de jogadores oriundos de países de diferenciadas culturas. A este propósito e no sentido de ilustrar uma certa dicotomia entre a tipologia do jogo brasileiro e, com algumas *nuances*, do “tipicamente latino” e da tipologia do jogo basicamente anglo-saxónico, julgo ser pertinente evocar o testemunho de Gilberto Freire que insistentemente nos seus trabalhos frisava essa diferenciação, enfatizando esses dois estilos antagónicos de se jogar Futebol aliados, por sua vez, a dois estilos de culturas, também eles opostos: um “apolíneo”, isto é, mais formal, mais contido, mais geométrico, mais pensado, o europeu e outro, “dionisíaco”, mais impulsivo, mais espontâneo, mais emotivo, mais individualista, bem ao jeito do mulato. Ele escreveu: “no Futebol, como na política, o mulatismo brasileiro se faz marcar por um gosto de flexão, de surpresa, de floreio que lembra passos de dança e de capoeiragem. Mas sobretudo de dança. Dança dionisíaca. Dança que permita o improviso, a diversidade, a espontaneidade individual. Dança lírica. Enquanto o Futebol europeu é uma expressão apolínea de método científico e de esporte socialista em que a acção pessoal resulta mecanizada e subordinada à do todo, o brasileiro é uma fórmula de dança, em que a pessoa se destaca e brilha” (Gilberto Freire em “Sociologia”, 1945, citado por Tiago Maranhão em *Análise Social*, pg. 443).

Novos conceitos se vão ministrando. Os estilos de jogo adquirem diferentes rostos ao longo do tempo nestes “estádios” com o carimbo da globalização.

Não obstante algumas referências marcadamente positivas pelo conhecimento generalizado e daí, mais profundo, algumas inquietações se perfilam perante a ameaça da globalização, muito em especial no que concerne ao estatuto da representatividade máxima dum país, como seja a Seleção Nacional, hoje ainda ameaçada por duplas nacionalidades de contorno duvidoso.

Mas a mundialização da nossa vida colectiva é irreversível!

1.3 Futebol - Um Fenómeno Social

O Futebol desperta paixões, suscita críticas, inspira artistas, podendo mesmo dizer-se que o melhor dele está nos muitos mundos que contém e naquilo que este poderá dar ao mundo (Garganta, 2004 cit. Ribeiro, 2008).

Segundo Maciel (2008), trata-se de um epifenómeno, visto que não sendo fundamental para a existência humana, funciona como um complemento que lhe é fundamental.

O Futebol tem um forte impacto na sociedade, justificado pelos programas televisivos e radiofónicos, o alcance jornalístico, ou na expansão dos sítios da internet e blogues ou nos comentários do quotidiano que um simples jogo envolve.

Esta omnipresença do Futebol na nossa sociedade levou, Costa (1990) a considerar esta modalidade como a grande festa dos tempos modernos, que suscita fascínios, ao ponto ninguém ficar indiferente, constituindo-se como um idioma global.

O Futebol é o desporto mais popular do planeta, envolvendo directa e indirectamente bilhões de pessoas, quer na sua prática, quer na qualidade de adeptos e profissionais pelos serviços prestados (Murad, 2007 cit. Maciel 2008).

Na tentativa de se compreender quais as razões para tal popularidade, o mesmo autor salienta o facto de ser considerada pelos especialistas como uma modalidade espontânea, imprevisível, simples, barata e democrática para os seus praticantes. Assim se percebe, como nos refere Bento (1995) o porquê da sua expansão, configurando-se como um processo de civilização, como elemento de cultura, como local de encontro, de convivialidade, da sociabilidade e do bem-estar dos homens.

De acordo com Toledo (1996 cit. Costa 2005), “o Futebol é considerada uma das modalidades mais difundidas nas manifestações desportivas das sociedades modernas, exercendo um grande impacto nos hábitos culturais desportivos dos nossos dias, podendo mesmo constituir-se como laboratório de análise social”.

Em relação à popularidade do Futebol, será oportuno e justo referenciar o escritor Mário Vargas Llosa, galardoado em 8 de Outubro de 2010 com o prémio Nobel da Literatura, quando escrevia antes do mundial de 1982, sentado numa bancada do Camp Nou, poucos minutos do jogo inaugural entre a Argentina e Bélgica: “há uns anos ouvi o antropólogo brasileiro, Roberto da Matta dizer que a popularidade do Futebol resulta da legalidade, igualdade e liberdade que lhe subjaz. Trata-se de um argumento ao mesmo tempo inteligente e divertido. Para Da Matta o povo vê o Futebol como uma sociedade modelo, governada por regras claras e simples, que toda a gente compreende e que, se violadas, levam ao castigo imediato dos prevaricadores. Um campo de Futebol é um espaço igualitário que exclui todos os tipos de favoritismo ou privilégio. Na relva marcada por linhas brancas, uma pessoa é avaliada pelo que é: pela sua habilidade, dedicação, imaginação e eficácia. Nomes, dinheiro e influência não contam quando chega a hora de marcar golos e receber aplausos ou

apupos. O futebolista exerce o único tipo de liberdade que a sociedade permite aos seus membros: fazer tudo o que lhe apetece, dentro das regras.

Se calhar o Futebol limita-se a oferecer às pessoas aquilo que não encontram em mais nenhum lado: uma oportunidade de se divertirem, exercitarem-se, sentirem as emoções intensas que a rotina do quotidiano lhes nega. Mas há muitos que não percebem e criticam. Vêem-no como deplorável porque, dizem, aliena e empobrece as massas, desviando-as das questões essenciais. Quem pensa assim esquece-se da importância do divertimento. Também olvidam que o que caracteriza o entretenimento, por mais intenso e absorvente que seja, é que é efêmero, não transcendente, inócuo. É uma experiência cujo efeito desaparece ao mesmo tempo que a causa” (Jornal “A Bola” 09-10-2010).

O professor José Esteves, o primeiro, no tempo, dos sociólogos do desporto, em Portugal, através do seu livro **O Desporto e as Estruturas Sociais** (Prelo Editora, Lisboa, 1964, p. 11) escreve, neste mesmo livro: “Só há uma forma de entender o fenómeno desportivo: na perspectiva das estruturas sociais. O que há de característico e fundamental, no desporto, é, justamente, o que define e caracteriza a sociedade em que ele se realiza”. Gustavo Pires, também um autor de admirável nível intelectual, aqui pode ser citado: “De uma maneira geral, a maioria das pessoas, incluindo a generalidade dos dirigentes desportivos e políticos, tem do desporto uma ideia estática, a partir de uma ilusória concepção de tempo. Para elas, o desporto existiu desde sempre como uma actividade à margem da sociedade, pelo que não tem passado nem futuro” (**Agon - Gestão do Desporto - O jogo de Zeus**, Porto Editora, Porto, 2007, p. 19). E mais adiante o mesmo autor: “O desporto tem uma história e tem futuro, tem um discurso que o deve organizar no tempo e no espaço, de acordo com a sociedade onde está inserido” (p. 21). Por isso, a evolução do futebol, ao longo das idades, surge como consequência lógica da evolução social, que lhe dá sustentabilidade.

A importância social e cultural do Futebol é tão profunda nas sociedades actuais que o conceito de Marcel Mauss, conhecido como fenómeno social total (Karsenti, 1994 cit. Cardoso et al, 2007), pode ser evocado, na medida em que mobiliza a totalidade das instituições e da sociedade que as compõem.

A modalidade de Futebol expandiu-se como a mais popular em todo o mundo. As causas de tal facto residem no padrão transgressivo da sua gestualidade, na sua simplicidade coreográfica e normativa e na fácil acessibilidade à sua prática: “as suas regras são poucas, simples e relativamente claras (e por serem assim é que os árbitros são tão veementemente criticados): todos acham que a sua leitura do lance é que está certa. É também por isso que o Futebol se joga por todo o tipo de pessoas em qualquer esquina, em qualquer favela - em qualquer canto do planeta” (José Antunes de Sousa, *ob.cit.* pag.102).

De acordo com Gonçalves, A.(2002: 129), “o Futebol é um espectáculo de massas, de bairro, de rua e de escola, de colegas de trabalho e de torneios universitários, joga - se e vibra - se pela televisão e pela rádio, entre amigos ou vizinhos. Nos restaurantes, nos cafés, no trânsito e no emprego, em casamentos e baptizados, sem raça, sem cor ou religião, onde o máximo que se pode esperar num E.U.A. vs Irão, é um golo. O Futebol vai muito além dos 90 minutos e das portas dos estádios onde se joga. É motivo de muita conversa e controvérsia, substituindo a meteorologia enquanto recurso temático para início de discussão entre diferentes actores sociais”.

“No Futebol tudo é foco de atenção do público. Não apenas a concretização do objectivo do jogo, a marcação de um golo na baliza do adversário, também os passes certos e os falhados, os hinos, os palavrões, os treinadores de bancada, as bandeiras, os cachecóis, as claques, tornam mais empolgante ou dramatizam o próprio jogo.

Aliás, estas são outras características que fazem do Futebol o fenómeno que todos conhecemos, já que para muitos adeptos, assistir a um espectáculo não é apenas a visualização descontraída de um evento, mas sim mais um momento de excitação, de nervosismo, e, por vezes de drama. Os fãs de Futebol experimentam ansiedade, frustração e raiva, quando a equipa tem um mau desempenho e euforia, êxtase e divertimento quando a sua equipa apresenta uma boa prestação” (Duquin, 2002 cit. Cardoso et al, 2007)

O Futebol, considerado “desporto-rei”, praticado em todo o mundo, é sem dúvida um instrumento de referência abrangente a toda uma comunidade universal. São poucos os que não vêm, não sentem o fulgor entusiástico que se difunde por entre multidões ávidas em aplaudir uma jogada ensaiada ao pormenor dum belo passe ou proveniente da magia dum ousado drible ou, mais ainda, pela força aglutinadora imprimida na bola coroando em golo aquele bruaá sacudido pelas malhas. O Futebol goza de uma elevada aceitação social por parte de todos os que o respiram à volta do estádio ou tanto quanto se curvam perante ele. Talvez por isso, e a história no-lo documenta, apesar da guerra entre El Salvador e Honduras ter começado a partir dos acontecimentos que envolveram um jogo de Futebol de apuramento para o campeonato do mundo de 1970, tenham sido muito reduzidos os aproveitamentos do jogo como forma de protesto ou reivindicação social, pois como sugere Eco (1993: 165 cit. Cardoso et al, 2007) “há uma coisa que ainda que se julgasse essencial - nenhum movimento estudantil, revolta urbana, contestação global, ou seja o que for, se poderá jamais fazer. É invadir um campo desportivo ao domingo.”

Segundo Gonçalves (2002), o Futebol, como espectáculo aberto à comunidade, pode também ser enquadrado enquanto dimensão de fuga do contexto profissional e familiar das sociedades contemporâneas, uma vez que poderá ser utilizado como catarse das tensões acumuladas na vida quotidiana.

Outra das dimensões que poderá servir de análise crítica é aquela em que se procura analisar o Futebol como decorrência de experiências sociais e humanas, como seja a guerra, a tribo e a religião. É claro que duas equipas disputam entre si a oportunidade de alcançar a vitória, mas daí até transformar a competição, numa guerra, é questão plenamente insustentável. Mas o Futebol contém uma dimensão de utopia que está ameaçada de extinção no contexto da expressão “o Futebol não pode ser diferente da sociedade no qual é jogado. Da mesma maneira que existe na referência à América como terra de possibilidades ilimitadas a qualidade humana dum horizonte de expectativas, também o rectângulo mágico do relvado se mantém como espaço onde as promessas podem tornar-se realidade” (Detler Claussen, “Sobre a estupidez no Futebol”, *Análise Social*, n.º 179, 2006, pg. 584).

Uma outra abordagem do Futebol é a referenciada por correntes de inspiração, que poderíamos considerar de teor marxista, que focam a sua atenção no paralelismo com a devoção religiosa, onde o estádio (catedral), a proliferação dos ícones, a glorificação dos jogadores, a vertente clerical e o fervor clubístico seriam hoje o “ópio do povo” dos tempos modernos (Cardoso et al, 2007), como a religião o foi em tempos passados: “o que mais seduz numa ideia não é o seu valor mas o seu preço. Por isso, para o comum dos homens, será sempre mais fascinante morrer porque o nosso clube perdeu do que escrever a crítica da razão pura” (Vergílio Ferreira, *Pensar*, 559, 5.ª Edição-1997). E ainda noutra obra: “toda a corte de deuses modernos, desde Chefe a Causa, até às formas mais degradadas de divinização - como um clube -, são os mitos que respondem ao nosso sonho ou saudade de mitos, num tempo que desejou destruí-los” (*Do Mundo Original*, 2.ª Edição, 1979, pg. 147).

O Clube de Futebol tem uma dimensão projectiva e vicarial na sua relação apaixonada com os seus adeptos. Ou seja: o adepto delega e depõe no clube a esperança escatológica numa vitória definitiva que lhe aquiete e

preencha a alma, num claro exercício de transferência psicológica, isto é, reclama do clube o que não logra obter a nível pessoal.

O Futebol assume-se nos dias de hoje como um fenómeno de grande complexidade, um espaço público de união, alicerçando, de forma verdadeiramente abrangente, toda uma sociedade sem fronteiras, onde a sua linguagem universal se documenta e exalta.

Li, há pouco tempo, o livro de Pierre Bourdieu, **Science de la science et réflexivité** (Raisons d'Agir, Paris, 2001). Trata-se da edição de um curso no Collège de France, de Paris, sobre a temática referida em título. O autor, conforme o salienta no prefácio e na introdução (pp. 5 ss.), pretende defender a autonomia da ciência, em relação a outros saberes e à própria filosofia. É que a ciência tem uma prática e uma história que a autonomizaram, no cotejo com outros campos simbólicos. E é bem explícito, quando escreve que “deverá ser tomada em consideração a totalidade das práticas que produzem realidade e não apenas as práticas da escrita” (p. 43). Sem mais me adentrar neste livro oportuníssimo, julgo que deverá não esquecer-se que, sem prática, não há conhecimento fiável e os práticos do futebol sabem, melhor do que ninguém, que é à luz das ciências humanas que melhor conhecem esta modalidade: quanto melhor se conhecer o Homem, mais preparado se está para entender os homens que jogam. Os laboratórios, a tecnologia são indispensáveis ao conhecimento do futebol, mas... não bastam! De facto, não há matemática que consiga medir completamente um ser humano. Este não se explica, compreende-se! Há sociólogos do futebol que não sabem em que medida o futebol é ciência, ou que fazem dele uma ciência ao jeito do positivismo. É duvidosa uma reflexividade científica assim. O futebol é um fenómeno social? Mas é também um dos aspectos da motricidade humana. E é no respeito pela sua autonomia científica que deve ser observado e estudado. Como é do conhecimento generalizado, para Kuhn, os paradigmas são psicologicamente exclusivos, historicamente descontínuos, lógica e epistemologicamente incompatíveis, incomensuráveis e não cumulativos.

1.4 Futebol - um Jogo Solidário

O jogo de FUTEBOL, é indiscutivelmente nos dias de hoje, como o tem sido ao longo dos tempos, a modalidade desportiva de maior impacto na sociedade, capaz de orientar a imagem que a mesma representa, sendo quantas vezes influenciado por ela.

A essência do jogo reside no seu carácter lúdico transposto para um patamar cultural indispensável na formação de uma sociedade projectada para uma vida universal, apelando ao despertar de uma inteligência colectiva numa exigente adaptação as múltiplas, rigorosas enquanto simples, situações que a prática desse belo jogo impõe.

E é neste mundo vasto de cultura e desenvolvimento, que devemos encontrar os estudos que nos conduzem á história do próprio Futebol, nessa tão longa viagem do tempo da magia da bola transferida do sinal do sol ou da lua, feita luz no iluminar do caminho do progresso.

A tal bola de couro empurrada com o pé no ano 2597 a.C. na dinastia do Imperador Huang Ti da China, mais tarde jogada no templo sagrado também feito quadrado de 14 m de lado, limitado pelas árvores sagradas: salgueiro, cerejeira, pinheiro e cipreste, agora insuflada com ar, elástica e confeccionada com tiras de veado.

Essa bola de couro que acompanha a história, entretendo, preparando para a guerra, educando pela dinâmica de um jogo experimentado e festejado pelo rito da fertilidade de um povo.

Essa bola cravada numa época dos finais do séc. XIX, mais propriamente (como já foi referido), datada de 26/Outubro/1863, quando 11 dirigentes provindos das universidades de Eton, Rugby, Cambridge, se reuniram em Londres na Free Maison's Tavern e fundam a Football Association - rolou essa bola impossível de parar nesse balanço que o passado entusiasta projectou e o infinito, quero crer, lhe dará continuidade... e quando a bola rola há como que uma labareda de emoções que ao humano impõem a sua marca.

Nas diversas e múltiplas fórmulas para uma vitória, emerge uma figura capaz de fazer despertar o prazer na concretização dos seus objectivos de conquista - o talento.

Por mais que impere a força da multimédia, cativada pelo manuseamento das teclas, comodamente imprimidas no sofá que lhe dá apoio, a liberdade do jogo suado, num espaço e num tempo, sempre elevará pela exigência o constante movimento do corpo coberto de luz que rasga as sombras que o perseguem (o corpo é luz!). David Bohm declarou que a matéria não é mais do que a "luz gravitacionalmente encurralada".

E quando nos situamos ao nível da prática do belo jogo, lá aparece, como refere Sérgio, M.(2003) "... o indivíduo e o seu aporte físico, biológico, social, político, cultural, em diálogo permanente onde a ciência e a consciência não se limitam à degradação dos gastos energéticos e neuromusculares".

Por isso, a expressão de uma prática do Futebol, para o ser em toda a sua plenitude, exige uma solidária capacidade de relação, transformando-se numa oportunidade de permanente diálogo e reflexão crítica.

De qualquer forma, a expressão de uma prática de futebol é o reflexo e o projecto da sociedade donde nasce. O reflexo, porque nele está a sociedade que o gerou; o projecto, porque também o futebol pode e deve ajudar à transformação da sociedade. Porque contém a tal dimensão de utopia a que nos referíamos atrás.

FUTEBOL - um jogo solidário: Crescer para render

Onde as crianças e os jovens, pela sua prática, aprendem a controlar as suas emoções, sendo capazes de comungar uma partilha de dar e receber, quase sempre com um sorriso misturado com o suor das canseiras repetidas, e cujos limites apenas ao nível dos processos de crescimento, capacidade de esforço e complemento maturante se deixam envolver.

Daí, esse apelo à competência para a exigência do desempenho, respeitando-se o princípio da universalidade, adequando o treino às idades biológicas com preponderância do desenvolvimento das técnicas sobre a capacidade funcional, recorrendo a metodologias de acção onde a paixão a alegria e a motivação farão coisas admiráveis.

FUTEBOL - um jogo solidário: "Por detrás das grades existe gente"

A partilha de sentimentos de fidalguia e disciplina daqueles que arrancam das suas celas 3x2 para um espaço de liberdade, exercitando, através do simples jogo, as regras do respeito, do *fair-play*, de um saber estar que transita para o modelo comportamental do dia-a-dia da população prisional também é portadora de valores que uma sociedade tipo ora lhes faculta ora lhes recusa. Para muitos, uma sociedade de engano e ilusão.

Habituar-se, através de um cumprimento de uma regra do jogo, a cumprir a regra da sociedade que um dia foi violada, é, sem dúvida, um dos aspectos mais relevantes deste jogo solidário que é o Futebol.

FUTEBOL - um Jogo solidário: apoio aos não adaptados

Um jogo solidário como expressão de afectos envoltos numa coreografia de gestos técnicos que surpreendem pela magia, gente que não vê, gente que não ouve, gente que não fala, gente que não anda, mas que joga e se deixa elevar e enlevar pela graciosidade do gesto técnico no passe, no drible, no remate, acumulando vivências únicas, recreando a sua existência admirável com um sorriso coberto de suor e de afectos. Porquê? Porque sente - e a emoção é a linguagem do coração e, como sabemos, “o essencial é invisível aos olhos, só se vê bem com o coração” (Antoine Exupery, *Princepezinho*, Pg. 74).

FUTEBOL - um Jogo solidário: recuperação de lesionados

Onde entronca uma fórmula integrada do movimento para o comportamento, ou do comportamento para a consecução de objectivos de conquista, nomeadamente de quem esteve ou está envolvido pela adversidade que uma lesão provoca, qualificando quantos, como e porquê, de uma forma sustentada, podem concorrer para um projecto congregador de princípios, deveres e garantias, enfim, para o renascimento de um “...*deus caído*...”, a conquista de uma excelência provisoriamente perdida (Neto, J. 2007). De facto, o prazer e a alegria que a retoma da prática lúdica de um desporto de que tanto se gosta induz a uma reacção prazenteira do organismo que, à luz da motricidade humana, deve ser visto como uma entidade inteligente, e não como um amontoado inerte de células e tecidos, provocando, por isso, uma aceleração funcional das células que desempenham um papel chave num processo auto-regenerativo.

FUTEBOL - um Jogo solidário: competição e rendimento

Futebol, inserido na exponência do maior espectáculo do mundo - uma actividade como refere Marias, J. (2000) “onde não basta ganhar, mas ganhar sempre” e continua : “...um escritor, um arquitecto, um músico, numa obra apenas, podem dormir uma sesta depois de terem criado um grande romance, um maravilhoso edifício, um disco inesquecível” ... e adianta “...o futebol ao contrário, não aceita o descanso nem o divertimento e de pouco serve possuir um extraordinário palmarés histórico ou ter conquistado um título no ano anterior...”. e termina “...ter sido ontem o melhor, já não interessa hoje para não falar amanhã. A alegria passada nada pode fazer contra a angústia presente... também não há durante muito tempo tristeza ou indignação, que de um dia para o outro se podem ver substituídas pela euforia e pela santificação.”

Mas, e em termos de alto rendimento, se, como refere Valdano, J. (1999) “jogar bem não chega quando se não ganha...ganhar também não basta, quando não se joga bem e ganhar e jogar bem pode não chegar se não houver jogadores de alto nível... e... ao mais alto nível não se chega, jogando apenas bom futebol.”

Por isso, entendemos que no futebol, para ser um jogo solidário, terá sempre de existir uma aliança do saber experimentado, com o fazer teorizado, conduzindo como última síntese da harmonia de todas as coisas. Isto é o que dita a minha vivência pessoal, mas no âmbito de uma reflexão mais aprofundada encontrar-se-á na intersubjectividade, enquanto condição da própria competição, o clima privilegiado em que brota uma radical afinidade humana. Porque o outro com quem luto é um *eu* tão eu como eu sou, o que revela uma intervenção duma radical fraternidade aquém das periféricas do próprio jogo.

Por isso, entendemos que no Futebol, para ser um jogo solidário, terá de existir sempre, como dizíamos, uma aliança entre o saber e a vida, porque só sabe quem vive e é só a partir deste conhecimento vivido que é possível falar dos valores que humanizam o Futebol. Só assim, do belo jogo podem sobrar notícias de paz, de generosidade e de honestidade, capazes de:

- Mobilizar, num permanente e incessante compromisso, o JOGADOR:

O fiel intérprete da dinâmica que o desenvolvimento do jogo promove a todo o instante?...

Aquele que, colocado numa arena ou estádio, as suas esperanças e medos são expostos em frente de milhares de observadores e é capaz de fazer coisas simplesmente extraordinárias?!...

Aquele que defende a cor da camisola e a cor do clube que representa com galhardia exemplar?!...

Aquele que converte a vontade de vencer numa questão de treino permanente e a maneira de vencer numa questão de honra?!...

Ou aquele que, independentemente de eventuais mordomias ou contratos chorudos, privilegia o lado humano da vivência dialógica que o próprio jogo faculta, secundarizando o desígnio, para tantos absoluto, da vitória, numa atitude de abertura e humilde entrega à equipa que serve e, quando necessário, aos próprios adversários?

- Mobilizar, num permanente e incessante compromisso, o TREINADOR:

O treinador que esteja preparado para rentabilizar os aspectos humanos do jogador de uma forma justa.

O treinador que seja capaz de auto-classificar-se e sempre preparado para medir a auto-critica de uma forma séria e descomprometida.

O treinador que seja capaz de exigir e compreender, motivar para o triunfo, e aceitar o fracasso.

O treinador que se mantenha sempre igual na tenacidade e na esperança, mas diferente na sua disponibilidade para acolher a emoção e com isso se aproximar dos seus jogadores.

O treinador que seja capaz de libertar os jogadores dos estados de ansiedade competitiva (*mind cleaner*) e que assuma a representação da equipa de corpo inteiro, protegendo-a quando as coisas correm menos bem.

Porque os critérios de apreciação de um bom treinador não são nem os títulos académicos, nem o seu passado relevante como atleta, nada disso chega para o definir... mas *apenas* o ser ele próprio e, a partir daí, saber organizar e conduzir uma qualquer equipa ao **sucesso**; e, a este propósito, importa salientar que a sociedade em geral percepçiona o treinador de uma equipa como protagonista axial e determinante na obtenção do êxito e não tanto o contexto organizativo e estrutural do clube, prevalecendo a marca da acção solitária e pessoal do treinador (Stephen Wagg “Anjos de todos nós?” “Os Treinadores de Futebol, a globalização e as políticas de celebridade”, *Análise Social*, p. 350).

- Mobilizar, num permanente e incessante compromisso, o ÁRBITRO:

Emitir juízos com a máxima brevidade de tempo e confirmar o carácter irreversível da decisão tomada não é tarefa fácil nem facilmente compreendida.

Tomar decisões de inegável e imediata consequência desportiva em fracções de segundo sem qualquer instância de salvaguarda revela-se missão ingrata e nem sempre bem compreendida. A este propósito, seja-me permitido citar Detler Claussen no já referido artigo sobre “a estupidez no Futebol”. Escreve a dado passo: “a construção da figura do árbitro pertence ao cenário religioso do Futebol moderno: a consumação de um sentido ou a realização de uma autoridade legitimadora ligada à possibilidade de justiça impositiva - o árbitro na qualidade de instrumento invisível do deus futebolístico. Mas o árbitro visível incorpora a dúvida terrena em relação à fé. O árbitro empírico pode comprometer tudo em que se podia acreditar: fé, amor e esperança podem ser destruídos quando ele “apita ao lado” durante o jogo. Nesta situação encontramos o racionalismo. A crítica ao árbitro é necessária e indispensável. Enquanto instrumento de crítica, a prova baseada no registo de vídeo é um meio de análise, mas não é a verdade válida e absoluta. O vídeo pode ajudar a esclarecer se houve realmente fora de jogo ou se a bola ultrapassou a linha de golo, mas esse registo retira ao árbitro o seu sentido mitológico, fazendo dele um ser humano falível. As possibilidades técnicas de esclarecimento deveriam ser aproveitadas no Futebol profissional com sensibilidade, isto é, deveria cuidar-se sempre de salvaguardar a credibilidade do árbitro no contexto agonístico do jogo, evitando, a todo o custo, que a sua figura seja anulada pelo primado exclusivo da tecnologia.

O estado do comportamento humano do árbitro, a sua personalidade, os seus valores, os seus critérios, deverão prevalecer sobre qualquer questão meramente técnica - porque antes do árbitro há a pessoa. É por isso que o árbitro deverá ter no jogo uma capacidade de estima e não o abuso do poder que por vezes desorienta quem joga e estimula negativamente quem assiste ao jogo.

O árbitro perante o jogo deverá estar sempre numa disposição de colaboração e de serviço ao jogo e à verdade.

Colaboração, usando a competência como juízo de valor técnico;

Colaboração, usando a imparcialidade como juízo de valor humano;

Colaboração, usando a autoridade como juízo de valor técnico e humano.

No entanto, e de quando em vez, irrompem dos degraus da bancada ou dos socacos do peão, gritos de discórdia na torrente catártica de consciências em desalinho, arrastando-se até às áreas protectoras (chamam-lhe o espelho dos cobardes), esses heróis da festança! ...

...e ainda salta para a praça pública a ocasião para o desempenho do juiz do jogo; arrumam-se mesas redondas repletas de entendidos em tudo e no que mais, que de futebol todos sabem, estendendo o dedo acusatório perante o febril interesse clubístico a propósito de faltas que viram no campo sem lá terem estado ou que porventura nem sequer viram quando lá estiveram.

Tarefa difícil, a do árbitro! (Neto, J. 1999)

- Mobilizar, num permanente e incessante compromisso, o DIRIGENTE:

Questiona-se frequentemente os porquês duma experiência feita, por vezes, de carolice por um servir descomprometido, trocando o descanso da lareira por outras canseiras bem mais rugosas e por vezes tão incompreendidas.

Será a correria na procura da ocasião de vender a imagem quantas vezes grotesca e ditatorial do quero, posso e mando, desprezando as regras adjacentes do bom senso e da razão? ...

- ou será ainda a necessidade duma resposta às grandes questões que o empreendimento desportivo reclama urgentemente no que respeita à competência, à humanidade e profissionalismo dos seus agentes?!
- ou será que o Futebol oferece o campo propício ao exercício compensatório de personalidades falhadas no campo pessoal e profissional?!

- Mobilizar, num permanente e incessante compromisso, o ASSISTENTE:

Um dos maiores problemas, ao assumir o acto desportivo/competitivo, é a importância excessiva atribuída tanto às vitórias como às derrotas, sendo aquelas uma fonte de prestígio para o jogador, para o clube ou país que representa e estas, as derrotas, como que o apagar duma imagem do atleta, a agonia, o desespero e mesmo a humilhação dos seus apoiantes. Esta excessividade do Futebol na nossa sociedade creio resultar do carácter definitivo e crucial das aspirações delegadas pelos adeptos no clube que assim fica simbolicamente incumbido de realizar as esperanças individuais de felicidade através da obtenção da vitória. Ou seja, o clube desempenha um papel projectivo e colector das frustrações dos seus adeptos que lhe encomendam a felicidade que muitas vezes não conseguem nas suas vidas.

Naturalmente que os adeptos tendem a manifestar-se, exprimindo o seu fervor pela sua equipa, reforçando, dando azo, quantas vezes, a opiniões tendenciosas e manipulatórias da imprensa, rádio e T.V., que criam, por sua vez, a expectativa de uma dicotomia maniqueísta entre os bons e os maus... nós contra os outros... como se o adversário fosse um inimigo a abater.

Frequentemente originam-se situações conflituosas, confirmando ou contrariando expectativas antecipadas do resultado, dando sempre lugar à euforia e à cólera perante as suas fases mais relevantes - marcação ou não dum penalty, o golo marcado, a falta inexistente - e o estádio transforma-se, por vezes, numa labareda de opiniões com efeitos dramáticos.

É claro, sempre aparecem os excitados incitando os jogadores da sua equipa a transgredirem as regras, ridicularizando e contestando as decisões da arbitragem. São autênticos incitadores do hooliganismo, fenómeno com origem e particular incidência no Reino Unido e cujos prosélitos vêm no espectáculo do Futebol uma oportunidade para provocarem tumultos - são como bestas humanas que se infiltram na multidão, estendendo tapetes de sangue por onde passam, cobrindo de luto a essência pacífica e emuladora que sempre o desporto deverá promover. Filipe Broussard citado por Gilberto Agostino no seu livro *Vencer ou Morrer, Futebol, geopolítica e identidade nacional*, 2002, Mauad Editora, pg. 233, escreve: “muito além dos limites do desporto, a actual violência dos hooligans é reveladora de uma parte da juventude europeia, voltada para o mundo onde estão presentes, o tempo todo, tanto a violência quanto a imagem. Nos grandes estádios, estes jovens, frequentemente, encaram as suas acções como um prazer ritualizado, uma aventura renovada semana a semana. Para esta geração, do *videogame* e da multimédia, a violência encontra-se tão banalizada, que aparece como um produto de *fast food*, logo consumida, logo esquecida”. De facto importa frisar que este fenómeno do hooliganismo não é uma consequência directa do Futebol, mas sim o reflexo multicausal de uma sociedade problemática e crescentemente desumanizada que vai provocando um contingente cada vez maior de inadaptados e marginalizados.

Valha-nos que ainda subsiste quem esteja disponível para acatar cavalheirescamente a derrota. Pode mesmo dizer-se que a alma do clube reside nos seus adeptos que estabelecem uma profunda relação de afectos no apoio participativo.

Mas afirmar que o melhor do Futebol são os adeptos é impormo-nos o dever de uma reflexão acerca dos caminhos que o nosso Futebol parece determinado a trilhar.

O Futebol, que na sua origem é “burguês” e não proletário, tem, no seu código genético, o apoio deslumbrado e apaixonado de multidões disponíveis. Mas esta condição multitudinária do jogo transmite-lhe vibração e intercâmbio de emoções que resultavam da proximidade de todos do próprio rectângulo de jogo. Era um espectáculo de multidões, isto é, local.

Com a socialização da fruição massiva das emoções do jogo, promovida pela invasão do audiovisual, deu-se a dinamitação do espaço do acontecimento e a amplificação, à escala global, do respectivo espaço público - a fruição emotiva do jogo tornou-se acessível a todos. E, com esta universalização do interesse pelo Futebol, grandes cadeias de televisão apoderaram-se das suas rédeas e grandes empresários viram nele o campo privilegiado para realizar draconianas mais-valias - e foi a mercantilização do Futebol que trouxe consigo a manipulação mercantil dos actores desportivos e sua perigosa desvalorização humana. Com o advento das SAD, com os seus conselhos de administração cada vez mais afastados do pulsar emotivo e arrebatado dos adeptos, vai-se adensando o fosso que separa a genuinidade afectiva dos adeptos dos desígnios ocultos de uma administração orientada exclusivamente pelo critério argentário. Resultado: à medida que as televisões vão oferecendo jogos a toda a hora, jogos em pacote, para diversão e entretenimento das massas, os tais adeptos que se viram cruelmente arredados dos destinos do seu clube vão-se desmotivando e desinteressando, deixando os estádios às moscas, como vai, de algum modo, acontecendo já em Portugal.

E, já agora, porquê em Portugal?

Em boa parte porque o espectáculo não é muito atractivo, mas também porque os processos que são utilizados são tudo menos transparentes, minando a credibilidade do próprio Futebol. Mas também por uma razão cultural. Enquanto na Grã-Bretanha, por exemplo, os adeptos vão em família aos estádios, quase sempre lotados, ao encontro da pura diversão, da festa e da fruição do espectáculo, em Portugal os adeptos que vão aos estádios só lá vão para testemunhar a vitória do seu clube - uma vitória sentida como vital para cada um. Daí a veemência condenatória da actuação dos árbitros.

Em suma: em Inglaterra o Futebol é vivido predominantemente como festa, enquanto em Portugal o é sobretudo como drama - e para sofrer desgostos é preferível ficar em casa: «Intensamente vivido na sociedade portuguesa, o Futebol desperta paixões e anima sociabilidades em quase todas as áreas e espaços sociais, menos onde seria suposto fazê-lo com maior facilidade e impacto: nos estádios» (João Nuno Coelho, Nina Clara Tiesler, «O paradoxo do jogo português: a omnipresença do futebol e ausência de espectadores nos estádios», *Análise Social*, n.º 179, pg. 523).

É, pois, algo penumbrático o horizonte que se perfila no que respeita ao futuro do Futebol, a não ser que regressem os afectos - que só a afectividade sustém as instituições.

Por isso, a expressão de uma prática de futebol ser o reflexo e o projecto da sociedade donde nasce: o reflexo, porque nele está a sociedade que o gerou; o projecto, porque também o futebol pode (e deve) ajudar à transformação da sociedade. Como pode negar-se, atendendo à paixão multitudinária que ainda o vai envolvendo, que o futebol tenha todas as condições para concorrer à transformação da sociedade?

1.5 Exigências Físicas de um jogo de Futebol

O jogo de Futebol é um jogo colectivo, lúdico-agonístico, opondo por isso duas equipas numa relação de adversidade típica (não hostil) pela conquista da posse da bola, com o objectivo de marcar na baliza adversária, evitando sofrer golos na sua própria baliza (Teodurescu, 1984 cit. Castelo, 1996).

Na exploração do jogo, a dinâmica do Futebol moderno exige um jogador rápido, forte, inteligente, capaz de vencer resistências e manter níveis elevados na presença da fadiga (Garganta, 1997). Dizemos, por isso e numa forma frequente, que o Futebol é uma modalidade que exige aos jogadores várias capacidades entre as quais se destacam: uma superior capacidade técnica, uma boa interpretação táctica, uma competência psicológica e mental, centrada no rendimento e uma excelente condição física.

O Futebol é uma modalidade desportiva intermitente, cuja imprevisibilidade decorrente das acções durante uma partida, implica que o jogador esteja preparado para reagir aos mais diferentes estímulos, da maneira mais eficiente (Barbanti, 1996).

A fundamental via metabólica durante um jogo é a aeróbia e as respostas, em termos de metabolismo, são em geral análogas às encontradas nos exercícios de endurance, sendo a maioria das actividades realizadas sem bola (Reilly; Bangsbo; Franks, 2000).

Ainda de acordo com Martin (2002) o Futebol é caracterizado como exercício de alta intensidade intermitente e a relação entre o repouso e os períodos de baixa e alta intensidade variam de acordo com o estilo de jogo. Por isso, as exigências para a resolução das questões que o jogo coloca, devem ser encaradas num contexto multifactorial em que todas se relacionam e se fazem depender.

O jogo, com uma duração oficial de 90 minutos, é realizado com uma elevada intensidade, de forma intermitente e com permanentes sequências de estados de esforço e repouso (Soares, J. 2005).

Os jogadores de Futebol apresentam genericamente uma boa capacidade muscular, com predomínio ao nível da coxa, porém algumas características antropométricas se evidenciam para um adequado desempenho para as funções que lhes são requeridas.

Segundo um estudo de Reilly, Bangsbo e Franks (2000), os guarda-redes e os centrais, por exemplo, são de forma geral, mais altos quando comparados com os de outras posições, o que lhes confere, pelo seu porte atlético, uma maior capacidade de resolução no contacto pela disputa da bola.

Os médios, geralmente são mais baixos, tendo por isso uma maior propensão para o tecnicismo e agilidade.

Para além do conhecimento das qualidades antropométricas, a modalidade de Futebol exige dos que a praticam, um conjunto de aptidões que se evidenciam de acordo com o grau de exigências com as funções a desempenhar.

Para que uma preparação mais adequada resulte, é condição necessária um conhecimento das características da modalidade em causa. Uma das formas do conhecimento têm como base o estudo das características dos deslocamentos durante um jogo no que se refere, quer à frequência, quer à duração, ou ao tipo e intensidade.

Não podemos esquecer ainda a concepção táctica induzida pelo treinador, pois, se por exemplo, estamos a avaliar a distância percorrida por um lateral de uma equipa que joga com preocupações mais defensivas, a avaliação terá um resultado naturalmente diferente se o mesmo lateral está inserido numa outra equipa em que as preocupações são de ordem mais ofensivas e ele actua mais como um extremo, sendo responsável por todo o corredor. Deste modo, um dado importante remete-nos para a qualificação do padrão de exigências que um jogo faz determinar - a Observação e Análise do Jogo.

Actualmente são utilizadas diversas formas de observar do ponto de vista físico - a mais utilizada é o acompanhamento sistemático dos deslocamentos do jogador através da filmagem vídeo, reproduzindo essas movimentações numa mesa de digitalização e calculando, num campo, à escala, as distâncias percorridas (Soares, J. 2005).

Diversos estudos nos têm demonstrado que um jogador de futebol percorre, (dependendo da função), entre 8 e 12 km por jogo. Segundo Rebelo (1993), os deslocamentos de baixa intensidade ocupam 4/5 de todas as restantes formas de locomoção, no que se refere ao tempo e de 70% relativamente ao espaço. Os deslocamentos realizados a velocidade máxima apresentam uma grande variabilidade, sendo o seu valor médio 15 m com uma duração de 3 segundos (Rebelo, 1993 cit. Soares, 2005).

Bangsbo (1996) refere que numa partida de Futebol os jogadores realizam entre 1000 a 11000 acções que contêm rápidas e frequentes mudanças de ritmo e direcção e 1400 a 1600 deslocamentos, o que implica a mudança de actividade a cada 3.5 a 4 segundos.

De referir ainda que, no correspondente à performance da primeira para a segunda parte, se regista uma significativa diminuição de 5 a 10% do espaço percorrido, à medida que o jogo caminha para o seu final, naturalmente determinado pelo indicador do processo de fadiga do futebolista.

Outros dados de interesse referem-se ao facto de, em média, num jogo de futebol realizar-se cerca de 1000 acções com bola, 250 a 550 passes (75% curtos; 10% longos e 15% muito longos), 350 passes a um toque e 150 a 2 toques. As equipas de sucesso fazem normalmente entre 15 e 30 ataques e realizam entre 7 a 10 remates para obtenção de 1 golo. A acrescentar, numa forma ainda mais específica, a tese de que uma equipa que consegue 10 remates que atinjam a baliza tem 86% de ganhar a partida (Hughes, 1990).

Por último, seguindo os estudos do autor enunciado, as referências para o facto de primeiro marcar. Assim, numa análise efectuada dos 549 golos entre 1982 e 1994 (Campeonatos do Mundo e da Europa), 75% das equipas que primeiro marcaram, atingiram a vitória. Segue-se a percentagem de 36% que empataram e apenas 14% acabaram por perder o jogo. Em relação às equipas que marcaram o segundo golo, 93% atingiram a vitória, 6% empataram e somente 1% acabou por perder o jogo (Castelo, 1996 cit. Hughes, 1990).

1.6 Exigências Psicológicas no Futebol

“Os seres humanos sob pressão são maravilhosamente imprevisíveis. Quando colocados numa “arena ou estádio” e as suas esperanças e medos são expostos em frente de milhares de observadores, eles são capazes de fazer coisas extraordinárias”! ... (Patmore, 1979)

“O rendimento óptimo tem muitas vezes como primeiro obstáculo a incapacidade do jogador ultrapassar o seu próprio receio para enfrentar a competição... por vezes existe uma diferença abismal em participações excelentes no treino com performances verdadeiramente chocantes nas competições realizadas... é como se tudo fosse desaparecido ou esquecido”! ... (Buceta, 1996).

“Uma das grandes dúvidas dum treinador de hoje é como pode ir mais além na motivação dos seus jogadores... como é possível tornar o grupo impermeável a pressões que chegam de fora... como ajudar os jogadores a ter mais confiança em si próprios... a ter menos medo nos momentos decisivos... como conseguir alta competência a elevadíssimos níveis de pressão psicológica”! ... (Artur Jorge, 1987).

Pelo que temos vindo a referir, o Futebol como modalidade de desporto colectivo, é aquela em que o resultado mais acusa uma imprevisibilidade.

Sabendo-se hoje, através de investigações efectuadas, quais as distâncias percorridas e respectiva repartição de esforços dispendidos, funções táctico-técnicas realizadas, etc., dos jogadores duma equipa, a emoção, o imponderável, o inacessível, o golpe de génio, são factores que alimentam a magia que faz implicar um resultado.

Sabemos que a dinâmica do Futebol moderno exige um jogador rápido, forte, inteligente, capaz de vencer resistências e manter níveis elevados de rendimento na presença da fadiga. Por isso é que no âmbito da concepção de programas de treino se tem assistido ultimamente a uma evolução extraordinária de competências e só com base num entendimento colectivo se poderão atingir óptimos estados de rendimento. São várias as ciências que “emprestam” ao futebol um contributo extraordinário das suas valências: a fisiologia, a metodologia de treino, a estatística, a medicina desportiva, a biomecânica, a psicologia, o nutricionismo, etc., que associadas a uma programação cuidada em treino, conduzirão ao sucesso na competição.

No entanto, a grande diferença do jogador com elevados índices de resposta, do jogador ao nível da excelência, será aquele que conseguir atingir altas competências ao nível psicológico e mental. Por isso, podemos dizer que tão importante como trabalhar no treino a força, a agilidade, a velocidade, a destreza, a técnica, etc.,... é o controlo da ansiedade, a atenção e concentração, a imaginação e visualização mental, a auto-confiança, o espírito de coesão...

Quantas vezes vemos jogadores velozes, que ultrapassam tudo e todos e falham golos de baliza aberta?!...

É preciso incorporar uma “nova visão do treino desportivo”. É preciso num planeamento de treino integrar metodologias que promovam a auto-confiança no jogador, assegurando-o e encorajando-o relativamente à capacidade de ser bem sucedido, organizando bases de treino de forma a proporcionar-lhe o sucesso.

É preciso, num planeamento de treino, exercitar a motivação - formulando-lhes objectivos difíceis e desafiadores mas realistas, sempre de forma encorajadora e positiva. Os jogadores acabam por se centrarem no que mais querem atingir e não no que querem evitar.

É preciso, num planeamento de treino, operacionalizar técnicas de redução do stress com intenção de obtenção dos níveis óptimos de ansiedade, utilizando técnicas de relaxamento e visualização criativa, específicas e personalizadas.

Da parte do treinador, fazer com que as prelecções antes do jogo não possuam uma carga emotiva elevada, evitando as mensagens não verbais exageradamente negativas.

É preciso que, num planeamento de treino, se vejam simuladas e superadas as condições adversas que os jogadores irão encontrar no jogo, os primeiros e últimos segundos, a problemática conflituosa exterior, as respostas às faltas “inexistentes”, etc.

É preciso que, na preparação “aquecimento” para o jogo, se obedeça aos princípios que irão estar presentes no mesmo.

É preciso, em suma, tudo fazer para que o treino esteja sempre próximo do jogo, treinando a vontade de vencer como uma questão de compromisso e honra! ... (Neto, 2002).

É preciso incorporar uma “nova visão do treino desportivo”, porque o *método da complexidade* (Edgar Morin) exige que tudo esteja em tudo e que, portanto, nos aspectos físicos, técnicos, tácticos e psicológicos estejam presentes os objectivos últimos da competição. É preciso, num planeamento de treino, integrar o humano, na

sua complexidade, portanto, onde o jogador encontre espaço para promover a sua auto-confiança, ao lado das qualidades físicas, técnicas, táticas e morais. No seu *Méthode 1* (Éditions du Seuil, 1981, p. 125). Edgar Morin faz sua uma frase de Pascal: “Considero ser impossível conhecer as partes sem conhecer o todo, do mesmo modo que o é conhecer o todo sem conhecer singularmente as partes”.

1.7 Futebol e alto rendimento

“La concurrence, jadis réservée à quelques marchandises sur un marché et à un petit nombre d’hommes volontaires, les marchands, se présente maintenant comme un mode normal de régulation sociale et même comme une éthique de vie (Thureau-Dangin, 1995, p. 41). Vivemos em concorrência, ou em competição, generalizada e, porque assim é, a *performance* é o seu principal padrão de medida. O futebol é, nos dias de hoje, a modalidade desportiva de maior impacto na sociedade. E porquê? Porque, como o diz com frequência Manuel Sérgio, entre outras causas, reproduz e multiplica as taras da sociedade altamente competitiva. Michael E. Porter está, de certo, entre os grandes teóricos actuais da competição. Faço uma breve citação da tradução do seu livro, mundialmente célebre, *On Competition* (tradução da Editora Campus Lda., Rio de Janeiro, 1999, p. 167): “Num mundo de competição global crescente, os países são mais ou menos importantes, consoante são mais ou menos competitivos”. Poderemos dizer outro tanto do futebol? Julgo bem que sim.

Por isso, se a essência do futebol é o jogo, o «desporto-rei» ultrapassa, hoje, o carácter puramente lúdico para, no apelo constante às múltiplas exigências do espectáculo da sociedade altamente competitiva, se converter num produto inquestionavelmente prioritário para os próprios Governos. Quantas vezes o futebol se não transforma em bandeira política? Será necessário recordar, entre outros, Mussolini e Hitler? O jogo de futebol apresenta, assim, um grau de complexidade elevada, qualquer que seja o ângulo em que o contemplemos. “No século XX (...), o desenvolvimento disciplinar transformou-se em espírito disciplinar, a especialização em super especialização. O que se traduziu numa pulverização do saber. A biologia e a química foram separadas, a antropologia e a sociologia desunidas, a psicologia e a física tornaram-se incapazes de comunicar (...). O saber está em migalhas, as ciências estão atomizadas, o conhecimento reduz-se a uma chuva de informações” (Robert Fortin, 2007, p. 23).

A complexidade está presente também na complexidade de papéis e de funções, que se exige aos jogadores e no seu elevado número, na incerteza das suas acções, no antagonismo e variabilidade das acções que, a cada momento, os jogadores executam. A enorme complexidade que o futebol, jogado a este nível nos coloca, emerge dos acontecimentos, interacções e acasos, que ocorrem entre os sistemas em presença (Garganta & Araújo, in Neto & Matos, 2008).

O jogo de Futebol, é indiscutivelmente, nos dias de hoje, como o tem sido ao longo dos tempos, a modalidade desportiva de maior impacto na sociedade, capaz de orientar a imagem que a mesma representa, sendo muitas vezes influenciado por esta.

A essência do jogo, mantendo não obstante um carácter puramente lúdico, ultrapassa esse patamar de ludicidade para, no apelo constante às múltiplas exigências do espectáculo, se converter num produto inquestionavelmente prioritário que se define pela luta incessante entre duas equipas pela conquista da bola com a finalidade de a introduzir o maior número de vezes possível na baliza do adversário, (marcar golo), evitando que esta entre na sua própria baliza, (evitar o golo), (Castelo, 2003).

O jogo de Futebol apresenta assim um grau de complexidade elevada, na medida que a sua reversibilidade exige dos jogadores uma constante alternância (momentânea) de papéis e funções de ataque e defesa e defesa e ataque e de missões táticas a cumprir, quer sejam as dos próprios jogadores, quer sejam as dos seus companheiros (Garganta, 1997; Castelo, 2003; cit. Neto & Matos, 2008).

Essa complexidade deve-se a diferentes factores como o elevado número de jogadores em campo, a incerteza das suas acções, o antagonismo e a variabilidade de papéis solicitados a cada momento aos jogadores de ambas as equipas.

A enorme complexidade que o Futebol jogado a este nível nos coloca é sustentada pelos acontecimentos, interacções e acasos que ocorrem entre os sistemas em presença (Garganta & Araújo, 2002 cit. Neto & Matos 2008).

Existe um consenso geral em considerar o futebol como um sistema. O jogo, segundo Guilherme Oliveira (2004), é um confronto de dois sistemas, que são as duas equipas, que por sua vez, são formadas por subsistemas, que são os jogadores, que interagem com objectivos e finalidades definidas.

Moreno (1994) considera ainda que os subsistemas se encontram em constante interacção, condicionados pela lógica da dinâmica que o processo de jogo faz evoluir.

Deste modo, poderemos considerar, a este nível, que um jogo de Futebol visa um desequilíbrio permanente da organização duma das equipas. É também por isso um jogo de adaptação: se um ponto de ruptura é criado na organização duma equipa, rapidamente todos os seus elementos deverão estar preparados para o anular e, ao mesmo tempo, criar um foco de instabilidade na equipa adversária.

Tradicionalmente o jogo de Futebol era dividido por duas fases (defensiva e ofensiva). Actualmente é comum apresentar num jogo de Futebol quatro momentos em detrimento de duas fases: organização defensiva, organização ofensiva e transições (ofensiva e defensiva).

Alternâncias de atitude, mudanças de comportamentos numa permanente “luta” pela confrontação entre interesses opostos, estão em consonância com os demais factores que definem e caracterizam o Futebol como jogo de alto rendimento: interdependência, indeterminação, variabilidade, imprevisibilidade, aleatoriedade, diferenciação de objectivos, relação de forças, cooperação e oposição constantes na discussão dum resultado, cuja confirmação só após do apito final de quem tem a obrigação de o julgar.

1.8 Futebol Clube do Porto - História do meu Ingresso

Sendo o escopo desta tese a operacionalização conceptual de toda uma experiência de vida, afigurou-se-me indispensável um breve relato, porque decisivo, do meu encontro com o Mestre José Maria Pedroto e a subsequente experiência, a todos os títulos significativa, no campo do treino desportivo. Trata-se de salientar o testemunho de uma realidade, a do Futebol de alto rendimento, designadamente no F.C. Porto, realidade a partir da qual se estabelece também o percurso temático deste trabalho.

Foi em Abril de 1981 que tudo aconteceu, já vai em 30 anos! “É o cavalo do tempo a galopar” como canta Miguel Torga, na sua *Câmara Ardente!* ...

Era simples aluno do Instituto Superior de Educação Física do Porto e o convidado da Opção Futebol do 5º ano era, uma das figuras mais carismáticas do Futebol Português - José Maria Pedroto.

No período do debate, usei formular a seguinte questão:

- Sr. Pedroto, qual a importância do jogo e as suas circunstâncias para a planificação do treino semanal duma equipa?

Surpreendeu-me ao perguntar o meu nome e ao convidar-me a visitar a sua “sala de aulas”, na altura o Vitória de Guimarães.

Imaginar-se-á a ansiedade que me acompanhou nessa deslocação. Tendo sido conduzido à presença do Sr. Pedroto, encontrei um treino “à porta fechada” entre o Vitória e o Gil Vicente, após o que fui convidado a entrar no seu gabinete.

Olhe, professor, diga-me lá: como funcionam as mitocôndrias? ... e... que pensa dos treinos bidirios com um trabalho de força explosiva à tarde?... e... o que sabe sobre... Eu, ainda a preparar as respostas, fixei-me no seu olhar soberano e ao mesmo tempo paternal, e respondi:

- *Desculpe, Sr. Pedroto, mas eu vim aqui procurar respostas para as minhas perguntas - aqui o senhor é que sabe!* ... ele esboçou um largo sorriso, acendeu um cigarro e agora numa voz mais pousada e terna disse-me:

- *Ora pergunte lá o que pretende...* e a noite entrou connosco numa conversa de Futebol, como jamais houvera tido! ...

Carregado de dúvidas, algumas achegas, expectativas a reter e após esta primeira lição, imaginar-se-á a alegria que senti, quando me convidou a tomar um café no Velasquez, próximo da sua residência.

Ali, junto a uma coluna central, deu-me um lugar a seu lado e, depois de saborear mais uma tertúlia entre amigos (e eram tantos), convidou-me a acompanhá-lo até Guimarães, ao longo de cujo percurso a conversa se revelou crescentemente entusiasmante.

E os tempos iam passando, até que um dia quis surpreendê-lo. O Vitória jogava em Penafiel e eu “armado” de cronómetro e com base numa ficha criada para o efeito, fui registando - passes errados, ataques realizados, remates efectuados, (jogador, zona e tipo), percentagens relativas e absolutas, tempos de posse de bola, etc., etc.

Vim para casa e, no dia imediato historiei, de forma objectiva os dados do jogo, elaborei um histograma de barras (com lápis de cor) e procurei em 4 ou 5 páginas a análise mais elucidativa do jogo.

Na 3.ª feira seguinte, muito ansioso e expectante entreguei-lhe o material e ao mesmo tempo fiquei de olho na sua reacção. E eis-me que me saiu com esta:

- *é pá... hoje o nosso treino vai valer por esta abordagem!... Morais, chama-me esses “meus meninos” ao balneário!...*

Damas, Abreu, Romeu, Gregório Freixo, Festas, Tó Pedroto, Tó Zé, Flávio, Barrinha, Nivaldo, Tito... etc... todos convocados para uma reflexão imprevista, surpreendente e, à sua maneira anunciadora de novos processos.

- *Agora vamos comparar estes dados com um jogo em casa e o próximo fora... diz-me! ...*

Aproximava-se a época 1982/83 e, num final de dia, abeirou-se de mim e lançou-me uma frase que me varreu a alma e que eu jamais poderei esquecer:

- *Prof.- p’ro ano vai comigo p’ro Porto! ...*

E, num dia de Julho, transpus, pela primeira vez, a porta de acesso à sala onde estavam concentrados os técnicos e jogadores, tais como:

Zé Beto, Tibi, Fernando Gomes, Rodolfo, Jaime Pacheco, Sousa, João Pinto, Costa, Frasco, etc., e, logo mais um daqueles arranques à Pedroto que me fez estremecer novamente por dentro:

- *Está aqui o homem que nos vai ajudar a ser Campeões! ...*

...eu?! ...eu?! ..., Sr. Pedroto, por amor de Deus, eu que nunca ganhei nada, eu venho aqui aprender a ser Campeão! Peço que me ensinem o caminho para todos sermos Campeões!

E foi assim o meu 1.º contacto com Pedroto, uma personalidade magnética e liderante no saber e no fazer. Ajudou-me a encontrar as respostas adequadas no tratamento do jogo para o treino e do treino para o jogo e o que dele emergia. Com o Pedroto fui convidado a observar o jogo e, a partir do mesmo, ensaiavam-se as notas explicativas para o rendimento do adivinhado sucesso por um treinador tão adiantado neste tempo da minha existência e a quem sempre devotarei a minha gratidão.

A seguir, com Artur Jorge e Tomislav Ivic, sendo aquele o que mais influência teve na aplicação do meu humilde conhecimento em termos de treino (atletas após lesão) e no treino personalizado para a optimização do rendimento, o F.C. PORTO vir-se-ia a constituir verdadeira cátedra da minha Universidade do fazer! ...

Mas não esqueço o meu Presidente Jorge Nuno Pinto da Costa - graças à sua anuência, um dia eu subi, em 1982/83, aquelas escadas e pude tocar o céu! ...

1.9 Análise do Futebol Clube do Porto - (1982/83) - o lançamento de alicerces para GRANDES ÊXITOS do Futuro

“ Diz como jogas e eu te direi como debes treinar”! - era esta a filosofia de vida dum dos maiores treinadores de todos os tempos do Futebol Português. Anteriormente referenciado pela dinâmica de trabalho imposta, foi dos primeiros treinadores a constituir equipas técnicas com uma polivalência de funções, ultrapassando a generalidade conhecida pela existência dum Treinador Principal e um Treinador Adjunto, geralmente responsável pelo treino dos guarda-redes, no reconhecimento de que a complexidade do homem jogador reclamava intervenções diferenciadas.

As equipas técnicas do Pedroto eram geralmente constituídas por Técnico Principal, 1/2 Técnicos-adjuntos, Metodólogo de Treino e Técnico Observador e Análise de Jogo.

Pedroto, um técnico adiantado no tempo... uma personalidade inultrapassável na liderança dos saberes e fazeres, como disse. Foi na área da Observação e Análise do Jogo que propriamente iniciamos esta revolução em Portugal. Ajudou-me a encontrar a resposta da eficiência do tratamento do jogo para o treino, sendo este adaptado às circunstâncias e ensaiando notas explicativas para um rendimento do “adivinhado” sucesso.

No mapa correspondente à ficha de jogo (em média demorava 3 a 4 horas a tratar), alguns parâmetros assumiam prioridade de reflexão, tais como:

A Técnica ao serviço da excelência - estudo e análise do passe - o estatuto duma relação perfeita com base na comunicação gestual, dum todo ajustado às condicionantes do Jogo. Para Pedroto, no estudo e análise do passe, deveria ter-se em atenção:

- a observação da técnica utilizada e identificação do jogador e consequência.
- zona do terreno de jogo
- concentração de jogadores adversários
- condições atmosféricas e estado do terreno de jogo
- capacidade agressiva do opositor directo
- fundamental importância para a exigência de execução do último passe
- resultado no marcador.

Como nota de referência correspondente a este item, podemos salientar uma capacidade notável do passe, fazendo uma regressão para cerca de 50% do passe errado do início para o final da época, com maior incidência positiva no sector defensivo. Até se dizia que a equipa jogava de “olhos fechados”.

Outro dos parâmetros a merecer uma significativa importância, foi o estudo do remate - essa oportunidade que o jogador tinha de, correndo o risco, assumir a responsabilidade de finalizar uma jogada que teve um princípio e um meio, concluindo-a na obtenção do golo. A análise deste elemento, deveria fazer constar:

- referência do jogador rematador, tipo de remate efectuado e consequência
- zona de finalização
- característica da jogada que lhe antecedeu
- momento do jogo

Observações: - na avaliação deste elemento deveria constar o número de jogadas de ataque, no sentido de estudar a percentagem de eficácia da equipa (relativa - jogadas de ataque vs remates efectuados ou absoluta - remates realizados vs golos conseguidos).

Poderemos referir, ainda neste âmbito e a título de exemplo, que foi identificado um jogador que executou em 5 jogos 12 remates e apenas 1 golo e, nos 5 jogos seguintes, 18 remates e 8 golos.

Ainda uma referência especial à conquista da 1.ª bota de ouro por Fernando Gomes em 1982/83, efectuando um total de 162 remates e 36 golos, com a excelente média de 4,5 remates para a obtenção dum golo. Ainda a constatação de 88% de os golos terem sido obtidos em 5 zonas específicas no interior da área, sendo 50% com preparação, 25% sem preparação e 25% de cabeça.

A título de comparação, na conquista da 2.ª bota de ouro (1985/86), Fernando Gomes efectuou 151 remates e 39 golos, reduzindo a média para o valor excelente de 3,8 remates para a obtenção dum golo, sendo 50% dos totais efectuados numa única zona específica da área.

Um elemento de estudo sempre requerido era a Posse da Bola. A importância deste item para Pedroto era a constatação de que “quem é o dono da bola... é o dono do jogo”. Por isso a importância em referenciar este parâmetro na ficha de avaliação de jogo em cada 15 minutos, subdividindo o tempo de posse em cada 5 minutos.

Entendia que:

- manter a posse da bola, seria manter a iniciativa do jogo, cansar o adversário, obrigando-o a jogar sob grande pressão psicológica e a entrar em crise de raciocínio.
- manter a posse da bola, implicava não apenas o domínio da mesma, mas, a elevada capacidade de protecção, condução e controle, criando as condições básicas mais favoráveis para a evolução do jogo, e, neste âmbito, o virtuosismo, a improvisação e a criatividade do jogador era uma mais valia para a confirmação deste princípio - e o F.C. Porto estava neste particular superiormente servido.

Como nota de referência, o facto de, num estudo correspondente a 1983/84, o tempo de posse de bola em relação aos adversários ter atingido o valor médio superior de 14 minutos e 22 segundos por jogo.

Outros elementos de reflexão por parte da liderança do Pedroto:

- A observação e análise do jogo como ponto de partida para o treino semanal. Daí a reunião de carácter técnico e reflexivo, com a presença de todos os jogadores (inclusive lesionados) e equipa técnica, antes do início do microciclo de treino semanal, no sentido de se avaliar de forma objectiva o comportamento individual e colectivo e construir as bases de orientação metodológica da semana, tendo em conta as competências também

evidenciadas do próximo adversário, no sentido de preparar de forma bem explícita e documentada as melhores formas de o neutralizar.

- A importância da imprensa desportiva e diária referente à análise do jogo. Solicitou-me o Pedroto que avaliasse a qualidade informativa referente aos jogos realizados, classificando de 0 a 5 as críticas relatadas pelos jornalistas identificados, devendo ainda sublinhar a cores diferentes sobre o que entendesse ser verdade, mentira e digno de crítica.

- A importância da planificação do treino desportivo, preocupando-se com os factores onde se deveriam alicerçar a programação: material, locais de treino, potencial humano, condições socioeconómicas dos jogadores, calendário competitivo, testes, examinação médico-desportiva, etc., - sempre aberto a sugestões, à discussão das ideias, atribuindo e responsabilizando para as funções que pudessem conter segurança para obtenção de êxito.

- A importância na abordagem das competências psicológicas - controle da ansiedade, problemas de concentração, auto-confiança, confronto com a adversidade, motivação, espírito de equipa, etc., - hoje de tão flagrante evidência na investigação e, com poucas excepções, associadas ao treino, mereciam do Pedroto cuidado especial e muita reflexão.

Nos aspectos fundamentais da relação interpessoal Treinador/Jogador, como nos diz Martens (1987), alguns deles estavam contidos no seu discurso:

- as suas mensagens eram directas: ninguém tinha que saber por outro.

- assumia pessoalmente o que pretendia dizer.

- a mensagem verbal e não verbal procurava sempre ser congruente.

- a comunicação estava sempre sintonizada com a formulação de objectivos, desafiadores, mas realistas.

Formulava questões noite dentro, rompia conceitos, desafiava o erudito, encorajando sobretudo o intranquilo.

Para aqueles que entravam em desespero e agonia e se deixavam deprimir mais facilmente, usava compromissos de honra, sem um carácter crítico e depreciativo, raramente lhes apontando os erros de forma pública, bem de acordo com as orientações modernas da pedagogia.

Regra geral, chamava-os a sua casa, ao seu gabinete e confiava neles! ...

Era assim mestre Pedroto. Pergunto, o que sobrou da sua doutrina?

Reporto-me a um dos aspectos mais importantes do Futebol da actualidade:

Observação do jogo - qualificação do treino.

Coincidindo com a entrada de Pinto da Costa e José Maria Pedroto no F.C. Porto, a Imprensa Desportiva exhibia títulos como estes:

- *“observação geral de dados, recolha de factos observados de forma relacionada e inteligível, tratamento estatístico e reflexão do recolhido - desproblematização na construção de hipóteses explicativas, comparação dos níveis de rendimento e sua transferência para a metodologia de treino semanal”*... (Jornal Porto, Jan. 1984).

- *“poucos passes errados e mais tempo de posse de bola na base de clara supremacia do F.C. Porto”* ... *“grande desnível de amplitude entre F.C. Porto e adversários”* ... *“cada jogador é uma personalidade numa equipa que actua com base na multiplicidade e polivalência de funções”* ... *“programação atenta, cuidada e científica no desenvolvimento de todo o treino”* ... (A Bola, 14 Fev. 1985).

- *“campeão analisado no «laboratório» - menos remates, mais eficácia - equipa mais ofensiva, mais dinâmica , mais concretizadora”...* (Jornal de Notícias, Maio 1985).

- *“contribuir para a maximização do aproveitamento das mais importantes situações que influem no resultado final, objectivando-as, medindo-as, comparando-as para testar realidades, a partir da metodologia de treino criada, a arma dos Campeões!”...* (revista Dragões, Dezembro, 1985).

- *“F.C. Porto mais dinâmico, mais agressivo, mais eficaz e o seu modelo de jogo aproxima-se do «Futebol Total»”...* (A Bola, 19 Abril 1986)

- *“les plans du petit prof. observations extraordinaires sur le jeu de l'équipe. Simple originalité ou arme secret?... professeur Neto a inventé une methode pour chiffrer le football. Une méthode originale et d'une saisissante precision, une base de travail pour le success... établir programme d'entraînement de la semaine en insistant sur les points faibles mis en evidence”...* (Revista France Football, 26. Maio 1987).

- *“observações de caracterização de esforço em termos individuais, ou seja o espaço percorrido pelo jogador, a forma como o percorre, as intervenções técnicas que lhe estão inseridas num processo táctico estratégico, tendo em conta o jogo e o adversário”...* (A Bola, 8 Out. 1987),... E, com tudo isto, estava-se a anunciar as bases dum clube campeão, um futuro congregador de expectativas subjacentes às ideias do mestre Pedroto que me ajudou a encontrar as tais respostas da eficiência no tratamento do jogo para o treino, adaptado às circunstâncias que do mesmo fazia renascer. Observar e analisar o jogo, ensaiando notas explicativas para o rendimento, tendo o sucesso como limite ou talvez o princípio para a administração dum novo ciclo - eis a novidade.

As saudades do mestre foram aos poucos esmorecendo pela notável competência evidenciada pelo seu seguidor, o treinador - Artur Jorge. Da sua capacidade de liderança renascia um espírito de vitória que o mestre implantara, tendo, porém, acrescentado uma renovada força mobilizadora com base em novos parâmetros de análise, gerando, como vimos relatando, ainda mais eficácia na equipa e, numa promissora descodificação de competências entre os jogadores que dela faziam parte, criando e recriando uma cultura ganhadora, própria dum saber sustentado num fazer, ancorado nos êxitos que o clube ia alcançando, do qual a expressão máxima foi o primeiro título de Campeão Europeu em 1987.

Com abertura de mais um ciclo pós-Artur Jorge, ingressa como técnico do F.C. Porto Tomislav Ivic. Dotado de outros argumentos de carácter empírico, foi dando seguimento aos processos que ajudaram a explicar um continuado êxito.

Se, em termos de metodologia de treino, os avanços se tornaram significativos no que concerne às grandes exigências do jogo (mais distâncias percorridas pelos jogadores, maior intensidade e pressão no desenvolvimento de processos para a conquista dum resultado, etc.), também, ao nível do treinador, como gestor operacional para o rendimento, os níveis de exigência são a todo o momento colocados à prova.

No âmbito da planificação do treino desportivo, tem-se assistido, nestes últimos anos, a uma evolução extraordinária. Este trabalho de programação e planeamento é uma tarefa à qual a qualidade crítica e reflexiva dos metodólogos de treino jamais poderá ficar indiferente, quer no que se refere às condições infra-estruturais da prática desportiva e sua operacionalidade (zonas de treino), quer no que se refere à organização do departamento (gabinetes de trabalho, serviços, logística, etc.), ...

Em relação ao treino, deverá o treinador preocupar-se na orientação e gestão das cargas bem como a sua operacionalidade; em relação à competição, submeter a uma apreciação crítica a sua calendarização; em

relação aos jogadores, constituir dossiers individuais de diversas competências; em relação à equipa técnica, a gestão operacional das múltiplas funções; em relação à colaboração com outros especialistas, procurar um apoio pluridisciplinar nas diversas vertentes que conduzem ao sucesso, quer na área da fisiologia, como na medicina física e reabilitação, psicologia, biomecânica, estatística, nutricionismo, etc., cujo reportório se deve identificar com as exigências no cumprimento das tarefas (Neto, 2007).

Ontem como hoje, é prioritário, para sistematizar um ciclo de treino, conhecer todas as qualidades do jogador, para o que há evidente necessidade de as diagnosticar através dos esforços participativos no decorrer do treino e do jogo.

A observação e análise do jogo e do rendimento participativo por parte do jogador, matéria que, no início da década de 1980, começou a ser testada, a primeira vez em Portugal, por José Maria Pedrote, imediatamente seguida por outro treinador de sucesso Artur Jorge (o primeiro treinador português a sagrar-se Campeão Europeu), foi semente que floresceu e, em termos de alto rendimento, penso que, nos dias de hoje, não haverá clube que não utilize uma metodologia de avaliação e investigação para o rendimento.

A análise do jogo, referenciado como elemento de estudo, tem vindo a constituir-se, ao longo dos tempos, uma “ferramenta” indispensável para a orientação e gestão de competências. No sentido de confirmar estas tomadas de consciência crítica e até por um critério de inteira justiça, no que respeita a uma referência histórico-evolutiva dos trabalhos realizados em Portugal, será importante frisar os desenvolvidos por Malveiro (1983), autor que apresentou uma metodologia de observação para análise do jogo, fazendo apelo a um tratamento informático; Castelo (1986, 1994 e 1996) realizou as suas investigações sobre a caracterização do jogo de Futebol; Neto (1993), apresentou um trabalho intitulado “A Observação no Futebol”, onde descreveu a análise do jogo realizada nas épocas entre 1982 e 1988, ao serviço do F.C. Porto; Claudino (1993) elaborou um sistema de observação para aplicação nos jogos desportivos colectivos; Garganta (1997) fez um estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento; Maças (1997) elaborou um estudo sobre a identificação e caracterização do processo ofensivo em Selecções Nacionais de Futebol Júnior; Fernando Matos caracterizou a finalização nos campeonatos do mundo de Futebol sénior de 1998 e 2002. Relativamente à investigação na área do Futebol Feminino, Helena Costa (2005) foi pioneira, tendo caracterizado através da análise do jogo, todo o processo ofensivo da Selecção Alemã, campeã da Europa e do Mundo.

No estrangeiro, tomando como referência os estudos realizados por autores estrangeiros, apresentamos alguns exemplos: Olsen (1998) analisou as jogadas que conduziram ao golo nos jogos do campeonato Mundial do México 86; Mombaerts (1991) analisou os jogos do campeonato da Europa de 1998 e do Mundo 1990; Dufour (1993) analisou os golos do campeonato do Mundo de Itália 90; Luhtanen (1993) estudou a eficácia das acções ofensivas das equipas participantes no Mundial de Itália 90; Hughes (1996) que estudou os jogos do campeonato do Mundo de Itália 90, analisou as situações de golo e a sua relação com o número de posses de bola e de passes realizados por posse de bola; Gréhaigne (2001) analisou os jogos do campeonato do Mundo de 1986, estudando as sequências ofensivas terminadas em golo (Neto & Matos, 2008).

A observação e análise do jogo torna-se, então, um instrumento na avaliação e conhecimento do Futebol, tendo-se constituído como um dos aspectos mais importantes da maximização do rendimento, na procura dum saber mais sustentado para uma intervenção técnico-pedagógica mais adequada por parte do treinador.

Ao conhecermos as condições sobre as quais se desenvolvem as acções da competição, podemos estabelecer, de forma concreta e realística, um perfil de exigências ao qual os futebolistas necessitam de corresponder. No

futebol, a construção do treino deverá decorrer da informação retirada do jogo, pelo que a caracterização da estrutura da actividade e a análise do conteúdo do jogo revelam uma importância e influência crescentes na estruturação e organização do treino (Costa, 2005).

Não obstante uma extraordinária evolução dos instrumentos de análise do jogo, desde os sistemas de notação manual, à combinação com o relato oral para ditafone, à utilização do computador para tratamento de dados ou seu registo simultâneo com voz, até à digitalização pelo uso de várias câmaras de vídeo - quanta mais valia repousava na sabedoria de uma simples pergunta levantada por um estudante de Desporto num final de curso em Maio de 1981 e que um Treinador com o olhar no infinito abriu os horizontes onde ainda repousam notícias de sucesso, disparadas por elevadas expectativas que, de quando em vez, ainda fazem saltar alguns *deuses adormecidos*.

Nesse mesmo dia, compreendi melhor uma frase que tinha lido no Diário XI de Miguel Torga (p. 202): “Mesmo absurda, toda a esperança é sagrada”.

2 Análise do Mundo Prisional

“Por detrás das grades existe Gente”! ...

2.1 Abordagem Introdutória

Até aqui, tentámos abordar o futebol como teoria e como prática, mas sempre como subsistema de uma nova ciência humana, a ciência da motricidade humana e tentando, por isso, assinalar que nada existe de unicamente físico no gesto desportivo. Em todo o gesto desportivo, há intencionalidade e, se há intencionalidade, não há fisiologia tão-só. Verdadeiramente, o desporto não é uma actividade física, é uma actividade humana. “A fines de los años sesenta, la crisis de la legitimidad de las modalidades físicas de la relación del hombre con los otros y con el mundo tomó una amplitud considerable con el feminismo, la “revolución sexual”, la expresión corporal, el body-art, la crítica deportiva, el surgimiento de nuevas terapias que proclamaban en alta voz la voluntad de dedicarse solamente al cuerpo, etc. Un nuevo imaginario del cuerpo, lujurioso, penetró la sociedad; ninguna parcela de la práctica social salió indemne” (David Le Breton, 2002, pp. 9/10). Também o desporto passou a estudar-se como uma prática corporal, reflexo das estruturas sociais, do conhecimento tecnocientífico, do apoio político, do investimento empresarial, do saber biomédico, da jurisprudência, etc., etc. Daí que não seja surpresa o estudo do desporto, no sistema prisional, tentando mais do que uma exposição sistemática das minhas certezas, uma tentativa de organizar as minhas incertezas.

A prisão é uma instituição destinada a proteger a comunidade contra os perigos que ameaçam o bem estar das pessoas, isolando os autores do conflito, inserindo-os num mesmo grupo com idêntico estatuto, obrigando ao cumprimento de normas e obedecendo a regras devidamente estruturadas (Goffman, E.; 2007).

Em 1975, Michel Foucault escreveu o livro *Surveiller et Punir. Naissance de la Prison*, editado pela Gallimard, onde escreveu: “Há um problema que já me interessa, há muito tempo, que é do sistema penal; a maneira como uma sociedade define o bem e o mal, o permitido e o não permitido, o legal e o ilegal, a maneira como ela exprime todas as infracções e todas as transgressões à sua lei” (p. 22).

O objectivo desta obra é fazer “uma genealogia do actual complexo científico-jurídico onde o poder de punir se apoia” (p. 30). No método arqueológico, Foucault utilizou o conceito de *episteme*, como grelha de análise, no método genealógico serve-se do termo *dispositivo* que se distingue da *episteme*, dado que integra, quer as práticas discursivas, quer as práticas não discursivas. O *dispositivo* é declaradamente heterogénio e assim inclui os discursos, as instituições, a arquitectura, os regulamentos, as leis, as medidas administrativas, os enunciados científicos, as proposições filosóficas, a moralidade, a filantropia, etc. Como se vê, são muitos os meios que Foucault utilizou para entender o modo como surgiram os diversos modelos de penalidade.

Segundo este filósofo, nos finais do séc. XVIII existiam três maneiras de punir: a punição pelo suplício, conforme o determinado pelo direito monárquico; a punição como requalificação das pessoas, reconhecendo nelas sujeitos de direito; e, por fim, a instituição prisional.

Levanta-se neste passo, uma pergunta: e por que razão foi a instituição prisional posteriormente adoptada? Porque despontou uma anatomia política que postula que se pode dominar o corpo, sem o brutalizar, ou escravizar.

Qualifica-se a norma como uma forma de comportamento desejável, levando o seu incumprimento a uma sequente reprovação, qualificando a delinquência como um comportamento anti-normativo no desrespeito às normas legais instituídas por um Estado de Direito, que as vigia e controla (Queloz, N.; 1994).

Das premissas correspondentes à punição do acto censurável criminalmente surgem os Estabelecimentos Prisionais no sentido de corrigir estes tipos de comportamentos desviantes.

Com a evolução dos tempos e as mudanças implementadas, hoje a prisão para além de impedir o acesso do recluso ao mundo exterior, procura uma resposta para a reabilitação e posterior reinserção na sociedade, através de Planos Individuais de Reabilitação - PIR (decreto-lei n.º 265/79 de 1 de Agosto, Art.º 9.º).

Para Foucault (2004), a punição é enquadrada numa ideologia traduzida pela necessidade de identificar e corrigir o desvio, consoante o poder instituído em cada época, de forma legítima. Assim, a prisão era vista nas sociedades ditas “civilizadas”, como um dispositivo penal, produto da interligação entre a lei e o poder, como forma de punição, com a finalidade de preparar indivíduos úteis à sociedade do futuro.

Nas linhas de reflexão do autor atrás indicado, as punições em geral e mesmo as prisões, poderão ser encaradas segundo duas perspectivas distintas: como fontes geradoras de sofrimento ou como fontes de reeducação, podendo, neste sentido, o condenado ser alvo do poder punitivo e simultaneamente servir de exemplo dum acto educacional para a sociedade.

Os reclusos entram pelos “portões adentro” com um rótulo e merecedores de desconfiança por parte da sociedade civil que delega nos agentes prisionais a sua responsabilidade pela vigilância sobre o seu comportamento. O sentido da vida qualifica-os de fragilidade e cuja culpa pelo crime cometido lhes dá um carimbo de gente inferior, censurável e, logo, desprezível.

Quantas vezes incompatibilizados com os laços de família, impotentes face à perda sucessiva de argumentos perante uma comunidade atenta e acusadora, como não-de eles encontrar um fio condutor para uma vida?

Despidos duma aparência correspondente a uma identidade bem representativa, vão os reclusos relegando para uma discussão sem limites, um sentimento de culpa colectiva dos crimes cometidos, amargurando a dificuldade de arrependimento contra “esse” mundo outrora sua pertença (Goffman, E.; 2007).

Ausência de empenho, capacidade de cooperação e colaboração nos trabalhos de grupo, o recluso, de forma geral, só entende o amor como matéria, o sentimento como interesse e as relações humanas como negócio. Habitados a desprezar a sociedade, apresentam indícios de violência instalada pelo seu temperamento agressivo, deturpando o conceito de heroicidade pela ausência dos mais elementares princípios educacionais, cívicos e morais (Maia, M.; 2009). O seu ângulo perceptual do real está desfocado por efeito do seu padrão mental que, por sua vez, é o resultado das suas experiências.

Tradicionalmente, nas prisões predomina o poder imposto. O controlo é exercido por ameaças e sanções, quer entre o pessoal de vigilância, quer entre os próprios reclusos, na tentativa de conquista dum espaço, resultante de privilégios internos.

2.2 A Prisão como Instituição Total

De acordo com o decreto-lei n.º 265/79 de 1 de Agosto, Art. 2.º, o sistema prisional tem como principais objectivos “reintegrar o recluso na sociedade, preparando-o para no futuro, conduzir a sua vida de modo socialmente responsável, prevenindo a reincidência na prática de outros factos criminosos”. Estes objectivos

poderão ser alcançados, se, por um lado, se forçar o isolamento dos delinquentes e se, ao mesmo tempo, forem implementadas medidas interventivas capazes de assegurar a manutenção dos serviços internos e adequando programas de reabilitação clarividentes para a população prisional.

Este sistema é caracterizado fundamentalmente por uma *total institution*, simbolizando o bem e o mal, o positivo e o negativo, o aceite e o proibido, vendo-se submetida a determinadas normas que definem a legitimidade de processos (Mendras, 1979 cit. Gonçalves, 2000).

Os Estabelecimentos Prisionais são locais de residência e de trabalho onde um determinado grupo de indivíduos em situação semelhante, separados da sociedade mais ampla por considerável período de tempo, levam uma vida fechada e formalmente administrada (Goffman, E.; 2007). Trata-se da forma extrema de «grupo de obrigatoriedade», em que a necessidade de controlo se sobrepõe dramática e incondicionalmente ao desígnio da satisfação individual. É, enfim, “a fusão mais radical entre indivíduo e grupo” (Ch. Buhler, 1962).

Seguindo as notas do autor atrás indicado, o processo de admissão de um recluso num Estabelecimento Prisional, incide na “mortificação do eu”, através de medidas que afastam o recluso da liberdade, sendo este “obrigado” a efectuar cortes sucessivos com os papéis anteriormente desempenhados. Segue-se uma gradual perda de autonomia, pela perda do direito de dispor livremente de si próprio para gerir as tarefas diárias e dos bens pessoais. Consta-se uma permanente rotina impregnada de rigidez e por vezes vendo-se associada a um permanente controlo através da vigilância e da ameaça constante de sanções. Acrescenta-se a necessidade de obter para o que quer que seja, uma autorização duma entidade superior, registando-se exemplos práticos de uma técnica de mortificação e que Goffman (1961) classificou de “violentação à autonomia do acto”.

Deste modo, o recluso vê-se “obrigado” a inserir-se num dia-a-dia nada adequado aos seus padrões de vida, participando em tarefas regulamentadas e com horários bem definidos, a conviver no seio de grupos e a expor-se perante serviços e pessoas vocacionadas para responder a alguma das suas solicitações. Daí o “acolhimento, acompanhamento e tratamento” dos reclusos merecer uma tipologia de competências servidas por técnicos com formação superiormente adequada.

Na prisão, habitualmente, o poder coercivo é um elemento predominante, sendo manifestado através de ameaças e sanções físicas e psicológicas, tendo no pessoal da vigilância e nos detidos o efeito de resposta na conquista de privilégios a conseguir (Gonçalves, R. *Delinquência, Crime e Adaptação à Prisão*. 2000).

Caballero Romero J. J.; El “mundo” de los presos, In F. J. Burillo e M. Clemente (Eds), *Psicología Social y Sistema Penal* p. 269, (1986) refere: “a prisão é mais do que uma soma de actividades ocupacionais... e enquanto organização, molda e integra as actividades que são levadas a cabo no seu interior e também reage a elas”.

Gonçalves, R. (2000), *Delinquência, Crime e Adaptação à Prisão*, pg. 149, cit. Clemmer, D. (1940), *The Prison Community*. New York, refere que “a prisionização é um processo lento e gradual que se inicia por uma “conversão ao anonimato”, na pertença a um grupo de indivíduos que deixam de ser conhecidos pelos seus nomes para passarem a ser identificados por números, trajando todos de igual forma; posteriormente, o recluso passa a interiorizar o “calão prisional” e a ver nos guardas o símbolo do poder onipotente e inquestionável; com o correr dos meses passa a considerar o trabalho, a roupa, a comida e o alojamento como algo que a instituição lhe *deve* e é esta mudança de atitude que, posteriormente, fará com que o recluso não se conforme mais com qualquer tipo de trabalho intra-muros, aspirando a postos ou funções que sejam mais cómodos, menos pesados e onde a probabilidade de conflitos com outros reclusos diminua. Não raro, surgem, nesta fase, a passagem por jogos de azar, práticas homossexuais e a interiorização de rancores e ódios em relação às outras

populações prisionais, nomeadamente, o pessoal de vigilância. É a fase da familiarização com os dogmas e costumes da cultura e comunidade carcerárias”.

O processo de renovação dum nova identidade no qual o recluso se vê inserido, origina naturalmente um conflito interno, que o leva a elaborar mecanismos comportamentais de adaptação, que tanto podem causar um fenómeno de submissão extremo às normas institucionais, como uma total instabilidade, podendo provocar doença mental, fuga ou mesmo o suicídio (Gonçalves, R.; 1999).

O indivíduo, privado de liberdade, naturalmente confrontado com um conjunto de normativos impostos, como seja o uso dum tipo de roupa, comida, horários com obrigatoriedade de permanecer em silêncio na cela, a invasão do seu espaço ou violação do território, etc., tudo isto provoca um sentimento de conflito, mau estar e insatisfação.

De facto, impossibilitado de recorrer a estratégias para se esconder às questões de desconforto social e de provocação que a todo o momento podem surgir entre a população reclusa, este vê-se pessoalmente ameaçado num viver desarmado de princípios éticos com consequências nefastas para alguém que necessita urgentemente dum “oxigénio libertador” que lhe permita preparar o futuro. Foucault (2004) refere que “o corpo humano entra numa maquinaria de poder que o esquadrinha, o desarticula e o recompõe... a disciplina fabrica assim corpos submissos e exercitados, corpos dóceis”.

Como atrás foi referido, o decreto-lei n.º 265/79 de 1 de Agosto propõe, no seu Art. 2.º, um objectivo a conquistar perante uma população reclusa, tratando-se de reeducar, reabilitar e de recuperar, proporcionando de forma progressiva, a obtenção de todas as oportunidades de aproximação a condições para uma vida em liberdade, devendo-se, sempre que possível, estimular a participação do recluso na reinserção social e comunitária.

Surge, deste modo, a tentativa de fundamentar uma orientação estrutural na obtenção de valores conducentes a uma boa gestão dos espaços, combinada com uma credível racionalização lógica de princípios que lhe confirmam dignidade na sua ocupação.

2.3 A População Reclusa e Adaptação ao meio Prisional

Pelo que foi descrito anteriormente e como se poderá constatar, os reclusos são indivíduos obrigados a viver em determinadas condições de espaço e ambiente social, durante um determinado tempo, em situação antagónica com a vontade própria, mas que tribunais e juizes, como agentes do Estado, julgaram pelos crimes cometidos.

Estar preso é uma situação contra-natura, pois o ser humano não nasceu para estar detido e para viver num espaço de grande complexidade ocupacional, sobretudo como excessiva rotina das ocupações solicitadas, limitando o exercício normal de funções. É, pois, natural que em condições tão adversas, o ser humano sofra grandes alterações significativas de adaptação e tenha que desenvolver estratégias para sobreviver num contexto tão desfavorável quanto pernicioso (Gonçalves, 2000).

Verifica-se, deste modo, que um dos grandes problemas do recluso consiste neste mecanismo de integração, adaptação e ajustamento das condições “ideais” para o cumprimento da pena, onde os factores do meio físico e da sua interacção com os elementos humanos, gerando manifestações de conflito social e ambiental, confluem na melhor ou pior capacidade para um determinado tipo de comportamento.

Gonçalves (2004) refere que este ajustamento à realidade prisional corresponderá a um processo individual, naturalmente dependente das características da personalidade do sujeito recluso, cuja capacidade de adaptação poderá condicionar uma futura retoma de liberdade mais ou menos bem sucedida.

A idade, o tempo de reclusão, o tipo de crime, a condição primária *versus* reincidente e o comportamento disciplinar são algumas das variáveis que poderão diferenciar uma melhor ou pior adaptação ao Estabelecimento Prisional.

Wilms (1989) refere que os elementos que poderão concorrer a uma maior eficácia de adaptação, são a ocupação pelo trabalho e pela actividade desportiva, desenvolvendo um conjunto de características que impliquem o reconhecimento das suas próprias capacidades e o estabelecimento e estreitamento de relações com os outros.

Saegert (1976, cit. Gonçalves & Vieira, 1995) referem algumas condicionantes ou aspectos ambientais susceptíveis de provocar *stress* em meio prisional, tais como: agentes físicos (frio, calor, humidade...), o excesso de estimulação ou *input*, a rigidez organizacional, a qualidade e a quantidade de gratificações ambientais, a qualidade das relações entre o sujeito e o meio envolvente e o baixo índice de estimulação. Além disso, são reportados outros factores responsáveis por alguns distúrbios de adaptação e que a alta densidade populacional e sobrepovoamento conduz a humor depressivo e ansioso, a perturbações emocionais e comportamentais, que levam, por vezes, a um penoso isolamento.

“O facto de se estar durante um longo período de tempo numa permanente inactividade pode gerar sentimentos de auto-depreciação, quebra de auto-estima, de solidão e isolamento, para além de levar a perturbações do foro psicossomático ou psiquiátrico, e da sedentariedade, bem como eventuais tentativas de agressão a companheiros ou guardas e, nalguns casos, ao suicídio” (Gonçalves, R.; pg 182).

São algumas as actividades que procuram atenuar este excesso e incómodo fenómeno vivencial dentro das prisões, como sejam ocupações laborais, formação profissional e actividades educativas; no entanto são muitas as dificuldades para a sua eficaz funcionalidade, a saber: inadequados apoios financeiros, falta de espaço e carência de serviço de vigilância, criando um ambiente penitenciário desfavorável a um “saudável” funcionamento.

É claro que, através duma actividade laboral, permite-se ao recluso exponenciar uma vivência interior mais favorável e compensatória que, para além da criação de importantes hábitos de trabalho, permite ainda obter o direito a uma pequena remuneração para despesas pessoais, pagamento de indemnizações às vítimas, ajudas à família e a obtenção de alguns benefícios da segurança social (Silva & Gonçalves, 1999).

A propósito de actividades laborais no interior da prisão, sabemos bem como o conceito de trabalho, o papel reeducador tantas vezes se invoca, está afectado pelo efeito semântico do étimo latino de que o vocábulo deriva.

Com efeito, durante o Império Romano, os criminosos eram deportados para as galés onde eram sujeitos a certas torturas, sendo que a mais conhecida era o *tripaliare* (*tripalium* - instrumento de tortura constituído por três paus). É claro que esta ressonância de penosidade (*ponos*, do grego) e castigo se instalou na mente colectiva, provocando esse clássico estado de aversão a tudo o que se anuncie como trabalhoso. Os gregos tinham, de resto, um termo muito mais auspicioso e estimulante para significar um trabalho criativo, agradável, um trabalho que brota de dentro e não que é imposto de fora - essa palavra é *ergon* (*ergai kai emerai*, de Hesíodo),

de cujo étimo resulta o vocábulo, deveras significativo, demiurgo, o que cria e o de ergonomia: exercício físico/lúdico a condizer com o trabalho profissional de cada um.

Neste sentido, qualquer ocupação laboral deve ser mais proposta do que imposta ao recluso, já que nenhuma acção que se queira efectivamente reeducadora poderá frutificar se tiver a contaminá-la a humilhação: ninguém cresce sem o afago da grandeza e da nobreza. Alguém que se percepção como merecedor de castigo não se vê merecedor de reconhecimento e aplauso.

Daqui se depreende que o trabalho que os presos executem, devem executá-lo numa perspectiva também ela lúdica, prazenteira e criativa - só assim esse trabalho, mediado pela intencionalidade, se incorporará conscientemente na personalidade.

2.4 Problemas Associados aos efeitos da Reclusão

O recluso, ao encontrar-se privado do exercício normal das funções, sofre, por consequência, um conjunto de adversidades perante as quais terá de usar algumas estratégias adaptativas para sobreviver (Gonçalves & Vieira, 1995).

Podemos referenciar alguns desses problemas que ocorrem frequentemente enquanto reclusos e que tendem a desaparecer após saída em liberdade.

Gonçalves, R. (2000) faz realçar, no que se refere ao nível sensorial, um conjunto de perturbações - do sentido da visão, da audição, do olfacto e do gosto.

No que corresponde à visão, e dada a limitação dos espaços, torna-se muito comum, numa fase inicial de detido, uma “cegueira de prisão” (Valverde, 1997).

Os altos muros dos pátios, as janelas e as paredes das celas, condicionam e limitam a possibilidade de vislumbrar pouco mais do que a clareza do céu, gerando-se, nas horas de contacto com o pátio, um forte contraste de luz pela reflexão que a incidência do sol nas paredes caiadas a branco provoca. Como consequência, esta deformação de percepção visual, irá gerar dores de cabeça, tonturas e vertigens, em especial nos primeiros tempos, quando o recluso se confrontar com as cores do mundo real, o mundo da liberdade.

No que se refere à audição, o ruído permanente do fechar e abrir dos gradões e portas das celas, as constantes chamadas através da instalação sonora e demais ecos e ruídos de sons dos aparelhos de rádio e televisão e outros ecos que a estrutura arquitectónica deste tipo de edifícios reproduz, criam uma tendência para perdas significativas de audição.

Em relação ao olfacto, o cheiro característico das prisões, onde o intenso odor a lixívia, creolina e outros produtos de limpeza e no combate aos mesmos com o uso exagerado de perfumes, leva a que permaneça nas longas memórias do passado de quem um dia passou para o outro lado.

Por último, no que se refere ao gosto, a ingestão de comida em grandes quantidades e, de uma forma geral, com ementas estereotipadas, leva a uma rejeição sintomática, ocasionando múltiplos problemas digestivos.

Noutro âmbito e não menos significativo, referimos as alterações da Auto-Imagem. Assim, devido ao uso de fardas ou roupas impostas à sua condição de recluso, a identificação através do número em vez do nome, o desleixo pela apresentação, o descuido na higiene pessoal, aliado ao facto de permanecer em exíguos espaços partilhados, leva mesmo à destruição da noção de identidade pessoal, associada à questão da perda de privacidade.

Observa-se com muita frequência, nas horas de recreio, pequenos grupos numa marcha curta de ida e volta, num pequeno espaço, dando uma ideia de conquista pessoal de território.

Também os problemas relacionados com a inactividade, ou uma vida sedentária, conduzem a um excesso de peso, ao aparecimento de rigidez muscular e outras perturbações de ordem articular e cárdio-respiratória.

“Ainda as perturbações de âmbito sexual, consumo de estupefacientes e outras relacionadas com as doenças infecto-contagiosas, podem conduzir a manifestações crónicas de comportamentos extremos que podem levar a “psicoses carcerais”, tipificadas por uma actividade alucinatória e intensa e onde o isolamento parece ser o principal factor desencadeante. Os delírios tendem a inscrever-se numa dinâmica paranóide, precedidos de um ensimesmamento progressivo, de um marasmo generalizado e a recusa e fuga ao contacto social” (Gonçalves, R.; pg. 199).

2.5 Princípios Fundamentais para a prática da Actividade Física em meio Prisional

São vários os investigadores que apresentam alguns princípios base que se deverão ter em atenção relativamente à promoção e maximização dos benefícios físicos, sociais, psicológicos e mentais resultantes da prática do exercício e da actividade física. A actividade seleccionada para ambientes hostis deverá ser agradável e geradora de paz para a população envolvida (Berger & McInman, 1993; Berger & Owen, 1998), estando o prazer relacionado com a adesão ao exercício.

De acordo com o Centro para o Controlo e Prevenção de Doenças e o Colégio Americano de Medicina Desportiva e segundo Page, Ashford, Fox e Biddle (1993), a prática regular do exercício e da actividade física torna-se fundamental para a manutenção da saúde e, para isso, importa realizar uma tarefa diária num mínimo de 30 minutos de exercício físico moderado.

Para além das condicionantes propriamente de teor físico e fisiológico, a prática do exercício e da actividade física predispõe a quem a realiza a um sentimento de alegria e prazer com uma correspondente redução do estado de ansiedade e de instabilidade emocional que acompanha, por norma, a população reclusa numa constante profusão de irritabilidade e *stress*.

Deste modo, o papel do exercício e da actividade física na promoção do bem-estar psicológico conduz a benefícios bem evidenciados pelo impacto positivo em aspectos tão importantes como a auto estima, efeito particularmente salutar nestes utentes tão flagrantemente carentes de confiança como são os reclusos.

Nesta conformidade, perante a frequente associação entre exercício e actividade física, por um lado e as mudanças psicológicas de natureza positiva, por outro, o exercício assume-se como um elemento de extraordinária importância, como instrumento técnico adicional às formas mais tradicionais de psicoterapia, remetendo o indivíduo praticante para um elevado grau de satisfação com a vida, ajudando a sentir-se melhor consigo mesmo. (Cruz, Machado & Mota, 1996; Martinsen, 1990; Seraganian, 1993 & Gould, 2001).

Existem estudos que avaliam o efeito das actividades físicas e desportivas na recuperação de indivíduos portadores de comportamentos desajustados e que, colocados em ambientes adversos, apresentam perturbações psicológicas várias, com particular incidência na depressão e na ansiedade.

Plante e Rodin (1993) reuniram uma revisão de investigações, concluindo que a prática do exercício e da actividade física conduz a uma melhoria do estado de humor e do bem-estar psicológico, assim como da auto-estima e do auto-conceito, para além de se ver diminuída a ansiedade moderada, a depressão e o *stress*,

fenómenos tão evidenciados por quem permanece intra-muros. Estes desavindos ou “vencidos da vida”, por vezes desistentes da própria vida, vão conseguindo, através da prática desportiva, realizar um apelo para o despertar da consciência, numa constante exercitação intencional, acrescentando empenho e devoção a uma vida supostamente tão pouco motivante.

2.6 A realidade desportiva nas Prisões

Segundo Arraiano (1988) e Teixeira (2000), a introdução, de forma organizada, da prática desportiva no meio prisional português já existe há algum tempo, no entanto, no que se refere à gestão efectiva da população prisional, é relativamente recente.

Na década de 70, a realidade desportiva existente partia da própria iniciativa dos reclusos, sem que se visse atribuída qualquer responsabilidade técnica e pedagógica a pessoal especializado (Arraiano, 1988; Ney, 1989).

À medida do tempo, as autoridades penitenciárias portuguesas, através da Direcção Geral dos Serviços Prisionais procuraram encontrar algumas respostas a solicitações dum ou outro Estabelecimento Prisional que encontrava na prática das actividades desportivas uma forma objectiva de reintegração social e um meio educativo por excelência. Deste modo, iniciou-se a colocação, em vários Estabelecimentos, de profissionais de Educação Física e Desporto, responsáveis pela elaboração e aplicação de programas de animação desportiva, promovendo ainda, para o efeito da sua prática, um investimento em equipamentos e material desportivo (Arraiano, 1988).

Sabendo-se das consequências, amplamente conhecidas, da prática das actividades desportivas, como sejam, uma contribuição para a melhoria da condição física e das habilidades motrizes; melhoria do estado de relações humanas pelo fenómeno duma socialização; libertação do estado de tensão acumulada; reposição das capacidades de auto-estima e auto-imagem; aumento da capacidade atencional e da auto-confiança; libertação de estados de stress e ansiedade; prevenção e recuperação do estado de doenças, etc, foi naturalmente com muito interesse, que os processos de inserção das actividades desportivas se processaram nas prisões.

A Educação Física e Desporto (note-se como teimosamente subsiste esta terminologia tipicamente cartesiana!), passou a ser contemplada nas regras penitenciárias europeias, aprovadas pelo Comité de Ministros do Conselho da Europa, aconselhando-se um programa devidamente adequado, em função das capacidades e necessidades de cada recluso, não esquecendo a formação, os aspectos de higiene e outros, no sentido de preparar a sua saída para a liberdade nas melhores condições.

De facto, o Desporto praticado em ambiente prisional, apresenta determinados conteúdos que o tornam diferente quanto à sua natureza. Apesar de as actividades desportivas, praticadas no interior das prisões, explorarem argumentos de ordem prática idênticos às actividades que são praticadas no exterior, existem sem dúvida algumas anotações a ter em atenção, uma vez que se destinam a uma micro sociedade com características muito especiais.

Desta forma, cada Estabelecimento Prisional deverá ajustar o seu programa à sua própria realidade, equacionando quais os objectivos a atingir, os factores condicionantes, o tipo de instalações existentes, os apoios públicos ou da comunidade envolvente, o enquadramento institucional, as perspectivas de desenvolvimento, etc., (Arraiano, 1988; Teixeira, 2000).

Neste sentido, segundo Almeida et al (1989), foram definidos como objectivos gerais da prática desportiva no interior das prisões:

- Ocupação dos tempos livres, combatendo a ociosidade;
- Criação de espaços de compreensão, onde os reclusos tenham a oportunidade de canalizar a agressividade;
- Meio de aliviar a “melancolia”, combatendo as doenças da sedentariedade;
- Favorecimento à socialização, promovendo o desenvolvimento de contactos sociais, quer a nível interno, como a nível externo;
- Promoção ao desenvolvimento de contactos sociais, quer a nível interno, como a nível externo;
- Criação de situações similares com a vida passada (extra-prisional);
- Facilitar um comportamento social adequado, constituindo-se como um enorme factor de regularização dos desequilíbrios de ordem moral, afectiva e sexual.

Em síntese, o Conselho Europeu (1989, pg. 10), defendeu que o objectivo do Desporto para os reclusos abrange três sectores principais:

- “Aspecto ético - os reclusos têm o direito à prática desportiva como o comum dos cidadãos. O Desporto não só contribui para a saúde e bem-estar físico e psicológico, mas assume-se como um importante meio para compensar os prejuízos causados pela detenção.

- Aspecto social - o Desporto oferece uma oportunidade de aprendizagem do auto controlo, do respeito pelas regras e de outras atitudes que são úteis na sociedade, quer no interior do estabelecimento, quer após a libertação. É também e em certa medida um antídoto para a pressão a que o preso está sujeito. É uma utilização construtiva dos tempos “livres” (que representam cerca de metade do tempo passado no estabelecimento) e que pode contribuir para gerar um bom relacionamento entre os presos e o pessoal e ainda ajudar a escapar à delinquência depois de serem libertados.

- Aspecto pessoal - o Desporto pode potencialmente captar o interesse dos reclusos. Pode ajudá-los a encontrar o auto-respeito e a sua identidade. Pode oferecer contactos com o meio exterior. Os reclusos costumam reagir bem às modalidades desportivas de alto risco ou que exigem um grande dispêndio de energia”.

O Desporto é identificado como um elemento vital no incremento dum ambiente saudável, num envolvimento tão especial e quão difícil como aquele que se vive no seio dum Estabelecimento Prisional. O Desporto é sinónimo de prazer, de descontração, de recreação e assume-se como agente de reabilitação, de socialização, de manutenção e melhoria da saúde e bem-estar de quem o pratica.

O Desporto representa para este tipo de população um importante papel congregador de sentimentos e vontades. Através da experimentação do jogo, quer na celebração das vitórias, quer na aceitação das derrotas, encontramos um grupo que usa a marca da solidariedade e uma busca incessante de transcendência através da partilha de uma alegria catalisadora de uma solidariedade grupal.

A prática das actividades desportivas representa assim uma espécie de renascimento através duma nova tomada de consciência em que o jogo, através da ludicidade, acaba por ser o seu despertador.

O recluso é por natureza um anómico e, como sabemos, o Desporto, que tem, cada modalidade a seu modo, a respectiva normatividade específica, obriga os praticantes a submeterem-se naturalmente ao primado das normas e regras, levando àqueles que se encontram fora da lei, a uma assunção de hábitos no cumprimento de normas como elemento propiciador da integração social. É uma espécie de regresso ao sentido da responsabilidade. O desporto na Prisão favorece, pois, aquilo que se conhece na psicologia como a “motivação antecipadora” de uma vivência social considerada normal.

Entretanto, um conceito há que, no contexto de uma população prisional, assume particular relevo - o ócio. Abundam as definições, mas podemos genericamente definir ócio como um conjunto «daquelas actividades que as pessoas desenvolvem no seu tempo livre, em seu próprio proveito, por diversão, entretenimento, melhoria pessoal ou qualquer outro propósito voluntariamente eleito e que seja diferente de um benefício material» (Argyle, 1993).

Interessante, porém, é verificar, desde logo, que o ócio é correlativo de uma actividade corrente e/ou profissional - corresponde a um hiato, a um intervalo intencional no fluxo mental, laborioso e absorvente que nos traz psicologicamente identificados com o conteúdo do que se pensa e se busca.

Nesse sentido, valerá a pena relacionar opositivamente este conceito de ócio, como um espaço vital de fruição criativa, com aquele outro conceito de ociosidade, entendido este apenas na sua negatividade - o ocioso é aquele que nada faz porque nada encontra para fazer: ele cansa-se de nada fazer!

Enquanto no ócio há um propositado intervalo que se inventa para, mediante a imersão catártica no puro usufruto do momento, esse instante em que a vida se nos dá e a ela nos damos na ociosidade é esse estado cansativo de ausência, de estar sempre onde se não está - é o espaço asfixiante da inconsciência. Ora bem, sabendo nós o que, por princípio, mais sintomaticamente caracteriza a vida (sê-lo-á?) no espaço totalitário de uma prisão, é precisamente a ociosidade, esse estado de pura astenia motivacional, de abulia, fácil se torna compreender o efeito reeducador, recentrante e consciencializante que a prática do desporto, enquanto intervalo propiciador de encontro imersivo com a vida, pode efectivamente propiciar a quem tão ocupado tem a mente com o “diabólico” nada fazer. É clássico o adágio medieval segundo o qual o diabo mora na cabeça de um ocioso.

Na ociosidade o indivíduo é devorado pelo tempo que o consome no seu simples mas penoso transcorrer. Ao passo que no ócio em que o desporto se incorpora de forma interactiva e partilhante, facto que promove adicionalmente a socialização dos intervenientes, há um revigoramento do ser e um inerente acrescimento de consciência. Este ócio desportivo promove a alegria, que é a mais imediata e genuína expressão da vida, e que funciona como mediador ou, se se preferir como catalisador de mais consciência.

Só assim se pode explicar a mudança, não raro, verificado na atitude perante si próprio e os demais por parte de muitos reclusos com quem tive o privilégio de partilhar esta engrandecedora experiência humana.

2.7 A importância do Exercício e da Actividade Desportiva. Um estudo/caso no Estabelecimento Prisional de Paços de Ferreira

Numa dinâmica de intervenção em que a actividade da educação pelo movimento também chamada Educação Física e Desporto, possa merecer uma atenção especial no sistema prisional, deveremos ter por base o enquadramento de pressupostos que assentam na promoção do espírito de iniciativa, da capacidade organizadora, da autonomia, da solidariedade e estreitamento de laços afectivos que sirvam para estimular a auto estima entre a população reclusa.

Sabe-se que os tempos de “nada fazer” no interior de uma cadeia se transformam em marcos de referência em que os estados de depressão e *stress* se vêem acumulados de exigências de vida comprometedoras. São exemplo os muitos casos de desequilíbrio emocional gerados por comportamentos agressivos que a privação da liberdade origina. Estes tempos mortos proporcionam estados de disposição para a indisciplina e para a agressão,

aproveitando os reclusos qualquer meio para explorar a sua débil personalidade, sobressaindo, a todo o momento, atitudes agressivas expostas de forma verbal, física, etc.

A actividade física desportiva pode assumir, neste campo, uma função compensatória, sendo desviada a sua agressividade para o registo de atitudes comportamentais de aceitação do outro para a concretização de um objectivo comum que é a participação do elemento individual no desígnio do grupo. Sendo assim, pela prática da actividade desportiva, se poderão equacionar as exigências de um saber estar, numa contribuição directa para uma maior autenticidade no respeito pelo outro. É pois de realçar inequivocamente a função catártica da prática desportiva por pessoas emocionalmente afectadas, quando não, emocionalmente perturbadas.

Daí que no recluso, normalmente envolvido num clima de monolitismo relacional, os seus comportamentos indiciem, não raro, sinais de um egoísmo quase primário. São rotineiras as situações de intransigência na procura da satisfação pessoal sem olhar a meios, deturpando os padrões de vida, o rompimento de normas e condutas que conduzem à precariedade e à rejeição. A intervenção nas actividades desportivas assume, por isso, uma importância decisiva para ajudar a ultrapassar os problemas existentes, promovendo um constante apelo às normas de socialização por via do cumprimento das regras, reclamando uma atitude de cooperação colectiva para a realização de um simples jogo e proporcionando a experiência da comunhão jubilosa na vitória alcançada. Os reclusos vão, assim, habituando-se, através do cumprimento das regras do jogo, a cumprir a regra da sociedade que um dia eles próprios violaram. É, sem dúvida, um dos aspectos mais relevantes que a prática do jogo lhes propicia - o da reconciliação com a norma.

Há como que uma liberdade para agir de acordo com as suas mais-valias, técnicas, táticas, volitivas, comportamentais, criando-se uma oportunidade desafiadora de superar-se a si mesmo.

2.8 O exemplo do Desporto no Estabelecimento Prisional

Foi em finais da década de 70 que, por uma conjugação feliz de várias circunstâncias, tomei efectivo contacto com o meio prisional. O contexto dessa indelével experiência nem sequer me é fácil descrevê-lo, tal era o inusitado e o dramático das situações com que me deparei.

Os reclusos, de olhar vítreo e abismado, vagueavam, quais autómatos, pelo espaço que, sendo de todos, parecia ser de ninguém, dando a dolorosa impressão de estarem por ali apenas à espera de nada - uma vida, enfim, oca e destituída de qualquer sentido.

Senti imediatamente que o Desporto, na sequência aliás do convite que pelo director, Dr. Miranda Pereira, me fora dirigido, poderia, de facto, vir a preencher, a seu modo, um pouco desse vazio em que se afogavam. Pareceu-me que o Desporto, genericamente o jogo, podia desempenhar um papel importante de «interaccionismo simbólico» (G. H. Mead) no sentido, de, através da exercitação normativizada do jogo, poderem os reclusos reencontrar o perdido respeito pela norma e pela lei.

Senti-me deveras entusiasmado de vir a poder constituir-me, através da prática desportiva em clima de privação de liberdade, um privilegiado agente de resignificação de vidas esvaídas e mergulhadas na apatia e na anomia. E foi, portanto, alavancado, como agora se diz, pela devastadora impressão de desnorte e vazio que senti na alma daqueles rapazes e alguns homens feitos, que, orgulhoso e entusiasmado, me lancei à nobre missão de, através do Desporto, dar vida a vidas que da vida pareciam ter descrido.

Foi neste pressuposto que procurei dar corpo a uma programação necessariamente cuidada, convocando e congregando para uma prática imprevista de Desporto, todos aqueles reclusos que já se tinham amolecido na espera sem esquina de um futuro sem sol.

Dum planeamento global surgiram quatro fases que, ainda que de certo modo distintas, eram ao mesmo tempo complementares:

1.ª FASE

- Levantamento da situação e construção de infra-estruturas desportivas.

2.ª FASE

- Introdução técnico-pedagógica de várias disciplinas ou metodologias de desportos individuais e colectivos.

3.ª FASE

- Competição inter-equipas do estabelecimento prisional e sucessivamente alargado ao exterior, culminando todo o trabalho com o 1.º dia olímpico.

4.ª FASE

- Últimas acções com um aproveitamento circunstanciado dos elementos que estiveram em evidência na 3.ª fase, alargando ainda mais profundamente o conceito competitivo, culminando toda a minha experiência no 2.ª dia olímpico.

2.9 Operacionalização e desenvolvimento das fases de lançamento da disciplina de Educação Física e Desporto.

1.ª FASE

- **Levantamento da situação e construção de infra-estruturas desportivas.**

Transformar uma zona chamada pátio exterior da Ala A, cerca de 2000 metros quadrados numa zona de prática desportiva, não esquecendo ser dentro de uma cadeia, revelou-se tarefa particularmente exigente.

Também não foi menos exigente dar vida a uma zona coberta, mais conhecida por "galinheiro", criando aí um mini ginásio com instalações de banho em anexo e respectiva zona de equipamento, chamemos-lhe de controlo administrativo.

A organização de equipas de trabalho, face à pronta disponibilidade de muitos voluntários, não se fez rogar e eis que, em clima de redobrado entusiasmo, os lixos foram queimados, as medidas tiradas, o matraquear das picaretas em contraste com as correrias dos carrinhos de mão, numa chiadeira infernal que ecoava naquele insuspeitado espaço livre "apenas" fechado por quatro enormes paredes, mas que não escondia o azul tão lindo do céu e daquele sol, ridentes símbolos de esperança.

Na carpintaria também acontecia uma inusitada azáfama - todos imbuídos do mesmo entusiasmo.

Ao mesmo tempo, outra equipa se encarregava de aproveitar as espumas dos colchões, já de si meio esfarapados, promovendo o retorno daquele material à utilidade.

Por último, os pincéis davam cor a espaços onde esta não existia e aqueles homens, tão seguros de

insegurança, tão avaros do nada fazer, davam as primeiras imagens da sua capacidade de trabalho, de dedicação e, porque não dizê-lo, também de amor, preparando assim um novo desenho de uma esperança imprevisivelmente renascida, começando por desafiar os incrédulos do homem que, embora recluso, também é cidadão portador de valores que uma sociedade tipo, ora lhes reconhece, ora lhes recusa, sociedade para alguns de interesses e habilidades, mas para outros de engano e de ilusão.

2.ª FASE

- Introdução técnico-pedagógica de várias disciplinas ou metodologias de desportos individuais e colectivos

Tendo a cultura desportiva um significado que a prática em determinada área é capaz de fornecer, não dispensa, à partida, uma tomada de consciência do praticante, atribuindo-se-lhe um conjunto de valores morais, intelectuais, estéticos e competitivos, contribuindo o desportista para marcar um estímulo, uma arte, um código colectivo que tantas vezes se vê envolvido pelo sentimento de uma sã camaradagem.

Tendo por base estes princípios orientadores, deitou-se mãos à obra.

No placard destinado às inscrições, os reclusos eram convidados a registarem a sua opção para várias actividades: salas de leitura, diversas confissões religiosas e desporto.

Refugiados no disfarce das respectivas alcunhas e do número, o que indiciava uma atitude de auto-desvalorização e, em definitiva, pouca segurança e conformidade identitárias, formalizaram a respectiva inscrição.

Após a avaliação das características individuais do aluno recluso, iniciámos no terreno a tarefa propriamente dita:

1 - Nos Desportos individuais - aquisição e desenvolvimento de competências referentes ao atletismo: salto em altura, salto em comprimento, lançamento do peso e corridas de velocidade e resistência.

Ginástica Desportiva: aquisição de desenvolvimento de capacidades gímnicas no tal "galinheiro", agora atraente mini-ginásio.

2 - Nos Desportos colectivos - aprendizagem técnica e elaboração dos fundamentos tácticos das modalidades correspondentes ao Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol.

3.ª e 4.ª FASES

- Competição entre equipas do estabelecimento prisional e sucessivamente alargado ao exterior, culminando todo o trabalho no 1.º e 2.º Dias Olímpicos

A referência aos Desportos Colectivos integrados numa população e espaço desta natureza assumia uma importância muito singular.

De facto, criar hábitos de estreitamento colectivo, reforçados na competente grupal onde o indivíduo passa a representar algo, desde que integrado numa equipa, cumprindo escrupulosamente a regra para poder fazer parte desse grupo, jogando, onde o respeito pelo adversário era elemento indispensável para poder manter-se integrado, foi o facto mais notável, digo mesmo aquele que me deu mais alento para continuar a minha luta todos os sábados de manhã.

O respeito pela regra do jogo, sempre que possível arbitrado alternadamente pelos próprios reclusos, constituiu-se no grande motivo dos nossos primeiros sorrisos e no sentimento de que tinha valido a pena! A aquisição do hábito de respeitar a regra da sociedade, entretanto violada, mediado pelo exercício lúdico-

agonístico do cumprimento da normatividade do jogo - eis o aspecto mais relevante.

Deste modo, os anos 1980-82 foram quase exclusivamente dedicados a torneios internos nas diversas modalidades, e, nos finais de cada um, sempre uma equipa do exterior nos visitava e aí no terreno se estabeleciam os primeiros laços duma viva solidariedade.

Estes dois anos terminaram com duas celebrações visando o espírito olímpico.

Nestes dias, a cadeia estava numa verdadeira festa - até havia rancho melhorado! Havia também bandeiras, música e uma intensa vibração e expectativa no rosto de cada aluno recluso que, também nestes dias, parecia mais iluminado - com barba feita, penteado à maneira, limpinho de brincos e muito sorriso nos lábios.

As Festas dum e doutro Dia Olímpico assumiram a consagração da evolução registada nas vidas de cada um. Tivemos as visitas da selecção de Voleibol do Norte; Grupo de Oficiais da Força Aérea; Finalistas do 1.º Curso do I.S.E.F. do Porto (meus colegas) e um grupo de ex-internacionais do Futebol Português.

Foram dois dias carregados de emoção, de solidariedade, de abraços num adeus sentido e, também, de muitas prendas entre as quais, passe a imodéstia, a do reconhecimento da acção desenvolvida, expresso num louvor do ministro da Justiça de então e esta, a mais importante de todas, a de verificar, aquando do meu regresso, volvidos 12 anos (1994) após passagem emocionante pelo Futebol de alto rendimento, que a quase totalidade dos meus antigos alunos havia saído em liberdade e que jamais tinham regressado à prisão.

2.10 Experiência de 1994 a 2002

Neste meu regresso ao meio prisional onde a prática desportiva adquirira entretanto um carácter institucional e regular, repartindo o meu horário entre a Escola e a Prisão, pude, num clima de maior normalidade, promover um conjunto de acções propiciadas por este novo clima institucional, a saber: novas tomadas de posição em relação à conquista de infra-estruturas para a condução do futuro - aquisição de equipamentos para a prática desportiva bem como a instalação dum ginásio com condições básicas para o seu funcionamento, com aparelhos e máquinas de musculação e a construção no espaço degradado da Ala A de um polivalente com piso sintético, onde ficaram limitados os campos de jogos (Andebol/Voleibol e Basquetebol), tendo sido circundado por quatro pistas de atletismo.

Enumerar todas as actividades realizadas seria fastidioso, dado que em média mensalmente foram tendo eco acções promotoras dum enriquecimento colectivo, tendo sempre presente o fenómeno do Desporto e do Exercício Físico consubstanciado no desejo de partilhar regras, saberes e competências que advinham do lúdico passando pelo competitivo, mas sempre altamente vocacionadas para a dignificação não apenas do atleta recluso, como sobretudo, do homem portador de valores, alguns deles esquecidos. Razão por que se considera redutor atender apenas à dimensão físico-motora do próprio Desporto, em vez de o entender numa perspectiva integrativa, como ensina a ciência da motricidade humana.

Deixo, contudo, para a história as realizações de maior dimensão:

- Jogos populares de S. Martinho
- Encontro com Pedro Abrunhosa
- Convívio lúdico-desportivo entre vários Estabelecimentos prisionais realizado em St.^a Cruz do Bispo
- Jogos de Basquetebol com a A.D.C. Paços de Ferreira
- Jogos de Basquetebol com a Selecção Portuguesa de Basquetebol

- Jogos de Basquetebol com a equipa profissional do F.C. Porto
- Jogos de Basquetebol com alunos finalistas do I.S.M.A.I.
- Jogos de Basquetebol com a Selecção / opções Desporto Escola Secundária
- Jogos de Voleibol com equipa Feminina do J. Pacense
- Jogos de Voleibol com alunos finalistas do I.S.M.A.I.
- Jogos de Futsal com equipa profissional do Boavista F.C.
- Jogos de Futsal com equipa profissional do F.C. Paços de Ferreira
- Jogos de Futsal com Selecção de deputados da Assembleia da República
- Jogos de Futsal com ex-internacionais do Futebol
- Jogos de Futsal com Selecção de Treinadores de 1.ª e 2.ª Ligas do Futebol Profissional
- Jogos de Futsal com equipa feminina de Futsal do C.S. Penamajour
- Jogos de Futsal com Selecção de Imprensa regional
- Jogos de Futsal com selecção de professores da Escola Secundária
- Jogos lúdicos - "O mar e a gente" no estabelecimento Prisional de Custóias
- Jogos lúdicos/tradicionais no estabelecimento Prisional de Izeda
- Jogos da liberdade - comemorando o centenário da morte de Eça de Queirós
- Jogos Olímpicos 2000 - numa réplica aos jogos olímpicos de Sidney com presença de vários Estabelecimentos prisionais, onde também estiveram presentes as campeãs olímpicas Rosa Mota e Fernanda Ribeiro, transportando o facho olímpico que irradiou a luz duma festa memorável.

Os objectivos fundamentais destas actividades enquadraram-se na promoção e desenvolvimento do espírito de iniciativa, da capacidade organizadora, autonomia e solidariedade. Em ordem à promoção e estreitamento de laços afectivos entre os intervenientes e numa tentativa para estimular a sua auto-estima, os resultados ficaram sempre para último lugar, muito embora a vontade de vitória e luta de conquista, nem por um segundo tenha sido abandonada.

As três últimas actividades, fundamentalmente viradas para o exterior e porque foram alvo de referência na comunicação social, tiveram como palco os Estádios da Mata Real, do S.C. Freamunde e F.C. Penafiel - jogos de Futebol entre alunos reclusos e selecções composta respectivamente por autarcas, Directores dos Clubes envolvidos, profissionais da comunicação social e árbitros de nível nacional e internacional. Eventos que, tendo culminado numa caminhada gratificante de humanização da população reclusa, constituiu um acontecimento único quer para os próprios reclusos, quer para familiares, professores, quer ainda para a população em geral e até para as autoridades oficiais que não quiseram deixar de marcar presença.

Permito-me, nesta torrente de emoções que me acodem e que, por razões óbvias, me dispense de relatar, destacar o significativo episódio de os reclusos, enquanto ocupavam os respectivos lugares nos carros celulares, entoarem cânticos com vibração e garbo, cantos de júbilo e celebração - a sua alma reencontrava os caminhos da alegria e esperança.

Uma verificação portanto, se nos impõe quando analisamos os efeitos redimensionantes da prática desportiva em contexto prisional, a de que não é por via obrigacionista que tal prática ocorre - ela constitui-se como espaço surpreendentemente transgressivo de uma prática lúdica, à partida julgada incompatível com o clima totalitário do regime prisional, caracterizado pela atrofia social da própria liberdade.

E bem sabemos como a ludicidade é o veículo privilegiado da descoberta de sentido. Por isso é que, para uma criança, nada há mais importante e decisivo do que a brincadeira.

Retomo aqui o “interaccionismo simbólico” de George Herbert Mead segundo o qual a consolidação da auto-consciência individual processa-se na criança através da mediação replicativa do jogo que, por via mimética, integra os valores sociais, que esse jogo imitativo corporiza. Assim, os presos, ao exercitarem a normatividade constitutiva dos jogos, praticados como janela indiscreta de sonho e alegria como que se abrem à disponibilidade para aceitarem nas suas vidas as normas de convivência social. E eis como uma prática de baixa intensidade promove mais densidade humana do que uma prática intensa mas que esvai o homem da sua centralidade humana, mantendo nas margens ilusórias da verdadeira humanidade.

Capítulo III

3. Metodologias

3.1 Grounded Theory

Para se poder operacionalizar este estudo foi necessário socorreremo-nos da Grounded Theory, um método de recolha, análise e explicitação dos factos tratados qualitativamente. A **Grounded Theory** é uma teoria indutiva baseada na análise sistemática dos dados. Ao criticar a dogmática técnica de testes hipotético-dedutivos que eram utilizados como única alternativa metodológica (testar teorias, testar hipóteses), "Glaser and Strauss nos forneceram uma concepção muito mais ampla do que os pesquisadores em Ciências Sociais poderiam e deveriam fazer com seu tempo dedicado à pesquisa" (idem, ibidem (ou, como o Cláudio Moreno sugere, só ibidem)).

A Grounded Theory baseia-se e sustenta-se em três elementos básicos: Conceito, Categorias e Preposições. Os Conceitos, são as unidades básicas de análise, tudo porque é a partir da conceitualização dos dados e não dos dados *per se*, que a teoria se desenvolve. As Categorias estão num nível superior e são mais abstractas que os conceitos que elas mesmas representam. Estas são geradas através do mesmo processo analítico de realização de comparações para realçar similaridades e diferenças que são usadas para produzir conceitos de um nível mais inferior. O terceiro elemento da Grounded Theory são as preposições que indicam relações gerais entre uma Categoria e os seus conceitos e entre categorias discretas. Para facilitar a compreensão, os conceitos são os grupos de participantes sujeitos a análise, cada um com as suas características distintas. As categorias são a dimensão que o desporto assume para cada um dos grupos (nos ex-jogadores o desporto é o que os define enquanto seres humanos e sociais, nos ex-reclusos é o meio para a sua reeducação e reintegração na sociedade e no grupo de controlo é uma forma de ocupação dos tempos de ócio, assumindo uma perspectiva lúdica). As preposições são as diferenças e similaridades que se evidenciam na perspectiva do desporto para cada grupo, visando explicitar e demonstrar, de uma maneira mais clara e sucinta, o papel de relevância que o desporto assume na sociedade actual, para podermos encontrar respostas que nos auxiliem na criação de soluções para os graves problemas que atingem a sociedade contemporânea.

3.2 Operacionalização empírica

Ao pretendermos efectuar o passo lógico entre as situações-tipo desta nossa investigação e as verificações que as respostas obtidas apontam, duas perguntas há que imediatamente afloram. Elas impõem-se-nos, de facto, se, à luz dos pressupostos epistemológicos da Ciência da Motricidade Humana, quisermos proceder, com o mínimo de coerência e fundamento, à articulação entre o ciclo de vida preenchido pela prática do Futebol, ao mais alto nível, num caso, ou pela prática desportiva em regime prisional noutro e, a transição por parte dos respectivos protagonistas, para uma situação pós-desportiva e pós-prisional e são elas as seguintes.

1. E depois do desporto de alta competição?
2. E depois da prisão com desporto?

No fundo as situações foram escolhidas por razões pessoais de que o autor estivera envolvido profissionalmente em ambas mas também porque o desporto foi utilizado e desenvolvido em situações de liberdade completamente diferente. No caso do futebol de alta competição a escolha dos praticantes foi globalmente uma escolha livre e desempenhada em total liberdade e na situação de prisão, os homens em causa estavam privados de liberdade e socialização, pelo que o desporto pode ser encarado como um instrumento de libertação.

No primeiro caso, a questão que efectivamente parece impor-se-nos é a de saber se, depois de tudo ter sido investido no desígnio do alto rendimento competitivo, ainda sobra espaço para o regresso do Homem, porventura até aí negligenciado ou subalternizado ao fascínio encantatório do sucesso mediático. Com efeito a própria pergunta, na sua aparente simplicidade, parece sugerir a implícita referência de uma certa cedência do sentido de toda uma vida ao absoluto de uma profissão, essencialmente caracterizada pela volubilidade da «psicologia das massas», pela incerteza e, claro está, pela efemeridade...

Ora, à luz da Ciência e da Motricidade Humana, sabemos que os vários aspectos de um circunstancial fazer só adquirem real sentido vivencial, isto é, só se integram efectivamente no plano motricional da busca da transcendência, se integrados no desígnio unificante do Homem todo, que é um Todo-Homem. E, neste sentido, bem sabemos que só há realmente sucesso profissional se tiver sido o Homem a triunfar, não tanto o jogador, independentemente dos seus eventuais dotes técnicos - todos já testemunhamos casos de jovens exuberantemente dotados, que não lograram franquear o limiar do êxito e, em contrapartida, o de outros, bem menos prendados pela Mãe-Natureza, que conheceram uma carreira recheada de sucessos.

Trata-se, portanto, de avaliar até que ponto, nalguns casos, terá acontecido um espécie de deriva psico-emocional que levou alguns a identificarem-se *incondicionalmente* não com o Homem que deveriam ter continuado a ser, mas com o jogador que ocasional e acidentalmente também foram. A vida social reclama o jogo de papéis, mas ao actor que sob cada um dele subjaz, exige-se que se aguente no Homem que “fundamentalmente” é, caso contrário, este dissolver-se-á sob o efeito alienante das sucessivas máscaras (*persona*). E esta dimensão ficcional e teatral, predominantemente exibicional, que se alimenta do ébrio e insensato reconhecimento social, ajudar-nos-á, creio bem, a dilucidar o porquê de eventuais choques, de desvios comportamentais e outro tipo de perturbações, que, não raro, podem acompanhar a súbita transição de uma situação de apogeu competitivo para a situação pós-competitiva, o regresso à situação dita normal (por eles percebida, porém, como anormal e, por isso, dificilmente aceitável).

Deste modo, o recurso ao conceito chave de *totalidade* poderá ajudar-nos a compreender a etiologia, no plano existencial, das dificuldades experimentadas por futebolistas na referida transição para o estado de pacatez cívica, porque, ou se é o Homem todo no desportista que se é ou faltará Homem ao Homem que foi desportista: eis o que reclama a vivência completa do homem enquanto totalidade integrativa no seio da qual as partes se transmutam e se humanizam.

No segundo caso, o de presos que, praticando desporto na prisão, puderam, quem sabe, inventar espaços de liberdade e de esperança, apesar das grades exteriores, a questão, sempre à luz da mesma Ciência da Motricidade Humana, talvez se deva colocar em termos algo diferentes - que papel reservado aqui ao Desporto? Não certamente um papel invasivo e perigosamente alienante como na situação dos desportistas de alto rendimento, já que aqui, é na área do puro lazer que essa prática se inscreve, mas, mais bem, um papel de catarse, de recentramento humano, de chamada à ordem, de ressocialização, enfim, de redignificação pessoal. Se no primeiro caso, o desporto era ameaça, por nele ser delegado, por omissão, a totalidade do humano, no

segundo, o desporto é a janela de esperança, atalho para o mundo esquecido da cidadania - é caminho expedito de humanização. O desporto, neste caso, diria que acode a uma situação de fragilidade humana, a uma situação de emergência: ele é um SOS providencial.

Se, no primeiro caso, absolutizar o desporto quase implica que se anule o homem, no segundo, para se salvar o homem, *quase* que vale a pena absolutizar a prática desportiva - que é bem absoluto um expediente que se revela caminho útil e eficaz para o único absoluto, o homem, que é o que antes e aquém de tudo, se é. A prática desportiva, aqui e ao contrário do que acontece, não raro, no desporto profissional, assume um papel de facilitação da auto-consciência. E a auto-consciência, como afirma Vergílio Ferreira (1991, p. 165), num dos seus ensaios, «é um máximo de complexificação, porque é o salto vertiginoso (e infinitesimal) que desprende o animal de si - ela implica necessariamente, não apenas *um* valor, mas o *maior* valor». Deste modo, o desporto pode, num contexto formalmente adverso, como é o da prisão, funcionar como uma espécie de acicate intencional em homens desabitados da busca de sentido.

E eis como um outro conceito-chave, o de *intencionalidade operante* nos ajuda a enquadrar e a iluminar o sentido das respostas obtidas neste exercício de investigação: o desporto na prisão, através da exercitação das suas exigências normativas, habilita (melhor, reabilita) ao reencontro do sentido para a vida, ajuda a restaurar o caminho intencional da auto-realização. E esta intencionalidade anima-se-lhes através da recuperação da consciência do *próprio corpo*, instância viva do Ser *em acto*, isto é, sede inalienável de actualidade ontológica, que, assim solicitado para a coreografia artística do futebol, por exemplo, se constitui em veículo privilegiado de consciência e de reencontro.

Quando esse corpo é, mais que tudo, reificado, remetido à condição de instrumento utilitário para render euros, como acontece ao mais alto nível de um futebol mercantilizado, fácil se nos torna entender o desencanto e a sensação de vazio que pode sobrevir em muitos atletas não suficientemente acautelados. E, ao contrário, como um futebol, jogado enquanto espaço lúdico e libertador, pode ser indutor de uma retoma axiológica, enfim, via de humana salvação.

Se é verdade que o homem é a condição *sine qua non* para a garantia de sucesso, entendido este como sintonia vivencial entre as novas circunstâncias de vida e o núcleo íntimo das expectativas, pois que só a serena adequação íntima com a humana condição pode eximir alguém ao efeito nefasto da transição entre um ilusório programa profissional e a realidade de vida para lá das peripécias do puro exibicionismo mediático, não é menos verdade que casos há de protagonistas desportivos que, depois de guindados a uma expressão sublime da sua arte, o rasto da sua glória parece sobreviver, aparentemente intacta, ao apagão mediático das suas imperecíveis actuações. Nestes casos, o que parece sustentar essa aura social não é o mérito atitudinal, o culto dos valores por eles praticado, mas um processo de vicariação, iconização, melhor e mais adequadamente, um processo de mitificação - eles perduram enquanto mitos, que por natureza, se elevam acima do «enxovalho da quotidianidade». É uma espécie de desencarnação e, nessa medida, de desumanização. É, enfim, um modo de exilar do homem, colocá-lo entre parêntesis - ele é visto pelos outros como mito e não como homem concreto que, apesar de tudo, continua a ser. Daí se pode avaliar o drama que resulta da dissonância entre a luz social da sua imagem e a noite caliginosa do homem assim ignorado e esquecido.

A situação que, pelo contrário, aqui nos ocupa é a de protagonistas de desporto de alta competição, sem dúvida, mas que logram sobreviver em contexto pós-desportivo, como homens que se mantêm na suprema demanda da

realização pessoal, libertos, quer do arrimo mediático do sucesso desportivo, quer de comportamentos desviantes que outra coisa não são do que puro analgésico.

Trata-se de saber como é, de facto, o homem a triunfar na vida que se é, independentemente da vida que se têm.

Assim e como se depreende pelo atrás descrito, neste capítulo iremos proceder à apresentação e consubstanciação das variáveis que medeiam a transição de carreira após uma vida permanentemente participativa, em alto rendimento, nuns casos, e a transição de uma existência em reclusão para uma vida de liberdade, noutros.

A literatura mais comum que tenta exprimir as circunstâncias pelas quais se processa a transição de carreira, adopta uma descrição de crise experienciada.

O abandono de carreira, ou passagem para outro patamar de existência, deverá merecer uma atenção muito especial, a partir do momento em que se inicia na actividade competitiva propriamente dita, no sentido de os atletas se prepararem individualmente de acordo com os recursos pessoais, experiências e estratégias a percorrer, tal como referem (Kim & Moen, 2001; Sinclair & Orlick, 1993; Swain, 1991; Torregrosa et al, 2004).

A transição de carreira poderá representar, para uns, estados de pressão, intranquilidade e crise, enquanto para outros, dum certo estado de alívio. No entanto, um estudo de Sinclair e Orlick (1993), refere que, numa amostra de cento e noventa e nove atletas retirados da alta competição, sessenta e três por cento deles, classificou os primeiros tempos após a retirada como algo de positivo.

Sabe-se que o tempo de prestação em alto rendimento e o seu elevado grau de exigência para a função é muito mais curto do que a maioria das carreiras. Para muitos, o desempenho de elevada competência, exercido e potenciado pela sua entrega total, pouco tem a ver com a inclusão noutras áreas e, por isso, por vezes vacilam e desistem.

Por outro lado, o investimento na prestação atlética e competitiva poderá proporcionar uma série de privilégios, insusceptíveis de perpetuação, após o afastamento da actividade. Tal facto pode por vezes colocar a questão sobre o porquê da escolha de uma carreira tão limitativa, no seu aspecto temporal. A razão, apontada por todos os jogadores de futebol, é uma e apenas uma: a paixão pelo que se faz, o amor ao futebol. Os benefícios retirados de uma carreira com sucesso, ao mais alto nível, reflectem-se muitas vezes, nas palavras dos próprios, no índice de auto-realização pessoal, mas também no robustecimento do “aspecto financeiro”. Factores estes que, no momento da transição, podem funcionar no sentido contrário, levando a que entrem em declínio por “não viverem no mundo real”. As consequências de tais situações serão apresentadas mais adiante, quando apresentarmos os resultados.

Caso não aconteça esta preparação antecipada, podem gerar-se graves situações de inadaptação e de que o aspecto económico-financeiro e as desordens de âmbito emocional são as consequências mais evidentes.

Lavalle e Wylleman (2000); Murphy (1995); Taylor e Ogilvie (1998), referem como factores mais significativos da causalidade na transição de carreiras, a idade, a existência de lesões, a simples dispensa ou a livre escolha do próprio.

O caso específico do afastamento ou retirada devido a lesões é aquele que se assume como revelador de maior dificuldade (Sinclair & Orlick, 1993).

Um outro elemento a ser referido como causa perturbadora na transição de carreira tem a ver com o medo de ser dispensado. Essa “brutal” realidade de deixar de merecer a confiança da equipa técnica ou dirigente na

manutenção de capacidades até então superiormente desempenhadas, pode assumir uma expressão dramática para o atleta (Ogilvie & Howe, 1982; Taylor & Ogilvie, 1994).

Outras causas, derivadas da anterior, podem resumir-se no facto da incapacidade de respostas físico-atléticas devido ao avanço da idade. Por vezes é o próprio atleta, por sua iniciativa, a retirar-se, tendo, assim, a possibilidade de estar mais tempo com a família, ou abraçar outros projectos de vida; no entanto, existe sempre um certo grau de dificuldade no momento do abandono, muito em especial quando os níveis de performance assumiram um estado de excelência, demonstrando essa identidade atlética perante uma plateia difícil de reeditar noutras vertentes profissionais (Webb, Nasco, Riley & Hedrick, 1995).

Estudos efectuados em atletas que se retiraram devido à existência e prevalência de graves lesões, experienciaram severo *stresse* psicológico, manifestado em depressão, uso e abuso de substâncias, incluindo pensamentos e tentativas de suicídio (Taylor & Ogilvie, 1994; Werthner & Orlick, 1996).

Person e Petitpas (1990), referem como reacções mais comuns experienciadas por atletas que se afastaram devido a lesões: reacções de luto, perda de identidade, separação e solidão, medo e ansiedade e um estado crítico de angústia pela perda duma importante parte do seu “eu”. Um *eu* social porque este *eu*, digamos, personalístico, é um constructo mental e social.

Sabemos que, duma forma geral, os atletas, devido à dedicação extraordinariamente profissional à aquisição e manutenção de altas competências, declinam a atenção noutros vectores educacionais e formativos na aprendizagem da vida, tendo, por conseguinte, muita dificuldade de integração noutras áreas profissionais após o abandono de carreira desportiva competitiva (Lavalley & Wylleman, 2000).

No contexto deste “estado de sítio”, Koukouri, (1991), referiu um estudo de atletas gregos de elite em que algumas medidas reactivas ao afastamento nos reportam a comportamentos negativos, tais como: o abuso do álcool, aumento do tabagismo, negligência da higiene pessoal e abandono da manutenção e controle duma condição física adequada. Pelo contrário, os atletas que se mantinham ocupados, treinando de forma regular, formulando novos objectivos de conquista, sujeitos a um grande apoio social e preparando antecipadamente a sua retirada, apresentaram: baixos níveis de ansiedade e maior capacidade de confronto com os problemas inerentes à transição de carreira já evidenciados (Murphy, 1995). “Como é também a esta luz que importa interpretar alguns casos de longevidade desportiva ao mais alto nível de atletas como Paolo Maldini ou do próprio Luís Figo. Porque o futebol é *ergon* (trabalho criativo e gostoso) e não *ponos* (trabalho duro e punitivo), é *nomos* (regra e respeito), mas também *ludus* (jogo, brincadeira) - e a ludicidade é o catalisador por excelência da criatividade e da auto-realização” (José Antunes de Sousa, p. 169).

Neste âmbito, será importante programar um conjunto de medidas no sentido de ajudar os atletas a ultrapassar as dificuldades que se podem reportar a uma transição de carreira, inserindo-os num novo estado participativo na vida após o Desporto.

No correspondente à saída para a liberdade por parte de indivíduos presos e por isso, privados da mesma, não encontro nenhum estudo capaz de referir comportamentos exponenciados, quer no que diz respeito à inserção social, quer a outras evidências de ordem pessoal, em que a cadeia e a prática desportiva lá desenvolvida tenham tido consequências.

Por ser pertinente dar resposta a um problema que tem sido votado ao esquecimento, uma vez que, após o ocaso das suas carreiras como jogadores, estes são muitas vezes esquecidos e abandonados à sua sorte, à imagem do que acontece com os reclusos que, após serem postos em liberdade, vêem todo um esforço de

reinserção social colocado em causa pela facilidade com que são colocados perante uma situação para a qual pouco ou nada tem de apoio, tivemos que desbravar caminho.

Procuramos assim com este estudo, estabelecer um programa de base, para que seja possível às instituições mais próximas dos mesmos, como clubes, associações, sindicatos e federação, criar, por exemplo, um departamento que dê resposta às inúmeras questões com que se deparam os jogadores nesta fase tão delicada da sua vida pessoal e profissional.

3.3 Modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira

Para se poder analisar a todos os níveis a transição de carreira dos jogadores de futebol e posteriormente dos reclusos, procuramos encontrar um modelo que nos permitisse incluir, na sua aplicação, todos os parâmetros para a facilitação da sua análise. O Modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira (Taylor & Ogilvie, 1998) foi o primeiro e único modelo específico do Desporto que permitiu examinar a totalidade do processo de transição de carreira de atletas de elite, amadora e profissional. O modelo em questão inicia-se com a análise das causas que deram início à transição (idade, dispensa, lesão, livre escolha) e continua por factores hierárquicos relacionados com a adaptação à transição (experiências de desenvolvimento, auto-identidade, percepções de controlo e contribuições de terceiros). Os factores seguintes incluem a análise dos recursos disponíveis e disponibilizados (capacidades desenvolvidas previamente que lhes permitem lidar com a transição, apoio social - a importância de outras pessoas, pré-planeamento da transição - como se prepararam, se o fizeram de todo). Estes factores resultaram no que foi designado como qualidade de adaptação à transição - se um atleta tinha uma transição de carreira saudável ou não, e, neste último caso, o que tinha despoletado e causado essa crise (psicopatologias, abuso de substâncias, problemas familiares/sociais). Por fim, as sugestões daí resultantes eram categorizadas ao nível cognitivo, emocional, comportamental e social. Por abranger todas, ou quase todas as dimensões do ser humano, a nossa escolha recaiu neste modelo. Estas dimensões que em si mesmas contêm a génese do modelo conceptual apresentado permitem examinar a adaptação à retirada da vida atlética durante todo o seu percurso, com as questões apresentadas aos participantes a serem separadas de maneira a: (1) identificar os factores causais que iniciaram o processo de retirada (transição desportiva); (2) especificar os factores relacionados com a adaptação à transição; (3) descrever os recursos à disposição que irão afectar a resposta à transição; (4) indicar a qualidade da adaptação a este processo de transição; e (5) discutir assuntos relacionados com o tratamento a reacção adversas ao processo de transição.

O Fundamento deste estudo é investigar as experiências de transição de carreira desportiva de antigos jogadores de futebol profissional. Para tal, será utilizado o Modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira (Taylor & Ogilvie, 1998). A aplicação deste instrumento ajuda a clarificar de forma mais evidente, o significado que essa experiência mais manifestou. Para se atingir este objectivo, foi adaptado à realidade nacional um protocolo de entrevista semi-estruturada desenvolvido e utilizado na tese doutoral de Stephany Cassandra Coakley, de acordo com o Modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira (Taylor & Ogilvie, 1998).

As questões do protocolo de entrevista foram criadas no sentido de examinar as transições de carreira desportiva de antigos jogadores de futebol, começando com o momento em que tinham tido as primeiras dúvidas acerca do seu futuro no futebol profissional, e estandardizando todas as entrevistas de todos os participantes, sempre com

o objectivo de minimizar possíveis parcialidades ou leituras ambíguas dos dados recolhidos. Durante as entrevistas, foram discutidas as quatro principais áreas. Áreas como as circunstâncias que levaram à transição de carreira desportiva, factores de desenvolvimento e psicossociais que influenciaram o período de transição de carreira desportiva, a disponibilidade de recursos e a qualidade da experiência de transição de carreira.

No início de cada entrevista, foi pedido a cada um dos participantes para completarem um pequeno questionário demográfico (Anexo E). Os questionários demoraram sensivelmente 5 minutos a completar e foram usados para recolher informação demográfica básica (idade, nível de escolaridade, estado marital, raça/etnicidade, etc.) acerca da amostra de antigos jogadores de futebol profissional que participaram neste estudo e medir o nível de auto-percepção (actual) de bem-estar subjectivo. A Escala de Satisfação com a Vida de 5 itens (SWLS) (Diener, 1993) foi incluída no questionário demográfico (Anexo E), e utilizada para medir o bem-estar subjectivo. A Escala de Satisfação com a Vida foi desenvolvida para perceber a satisfação do participante com a sua vida, como um todo. Esta escala não percebe objectivamente a satisfação com a vida no domínio da saúde e das finanças, mas permite que o participante a considere da maneira que lhe pareça mais correcta. Dados normativos, são apresentados nesta escala, o que demonstra uma boa convergência de validação com outras escalas e outros tipos de análise da mesma temática. A escala é recomendada como um complemento a outros questionários e métodos de investigação, porque analisa a auto-consciência e perspectiva do indivíduo em relação à sua vida, utilizando o seu próprio critério.

A cotação é realizada através da soma da pontuação atribuída pelos participantes às frases apresentadas e depois atribuída de acordo com a seguinte tabela apresentada por Coakley, Stephany (2006), na sua tese de Doutoramento:

Tabela 1 - Escala de Cotação de Satisfação com a Vida

SWLS	Mínimo	Máximo	25% Insatisfeito	50% Satisfeito	75% Bastante Satisfeito
Classificação	5	35	8.75	17.50	26.25

No que se refere a indivíduos ex-reclusos e devido à transição para um espaço de liberdade, dado não existir qualquer instrumento, para o efeito necessário, procuramos adaptar este mesmo instrumento, naturalmente ajustando circunstâncias que nos permitissem obter informações capazes de responder ao interesse ou não da prática desportiva na formação e desempenho do indivíduo pertencente a uma nova sociedade.

O que nos levou a associar os reclusos com o futebol de alto rendimento foi o facto de ambos viverem em mundos que se criam dentro da mesma realidade. Uns num mundo endeusado, por adeptos e demais sociedade e outros numa reclusão que os separa virtualmente e realisticamente do contacto com o que conhecemos como nosso. O choque que se apresenta a estes indivíduos, devido ao corte que é efectuado, seja com o reencontro com a liberdade, seja com a perda de uma rotina de vida, faz com que experienciem momentos de cisão com uma identidade que foi criada por eles e os definia, tendo de se reinventar a eles próprios.

Enquanto nos ex-jogadores o desporto define quem eles são, nos reclusos o desporto é o meio para que se encontrem a eles mesmos (pelas regras escritas e as subliminares a esta prática associadas).

Este tipo de inquérito (Modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira), que visa analisar o impacto desta fase da vida dos atletas e reclusos, permite-nos analisar estes indivíduos na sua dimensão social,

emocional e também ao nível da suas perspectivas e tem por base o uso de entrevistas semi-estruturadas, solicitando aos antigos jogadores e ex-reclusos informação referente à sua própria experiência de transição de carreira/de vida, bem como os efeitos subsequentes no seu bem-estar subjectivo.

No sentido de obter respostas a questões relacionadas com as experiências de vida, os métodos de pesquisa qualitativa assumem-se como preferenciais. Segundo Krathwohl (1997), “os métodos qualitativos humanizam os problemas e fornecem dados com maior significado onde as emoções e os sentimentos fazem um apelo à vida”.

Georgi, (1985, p. 14), diz que “os métodos de pesquisa qualitativa permitem ao investigador descobrir em vez de verificar, identificar mais do que uma causa e efeito, mas que, ao fornecer uma explicação com compreensão, dão-nos uma visão do comportamento do indivíduo”.

O apuramento dos dados pela aplicação dos métodos de pesquisa qualitativa, permite-nos contextualizar o conhecimento percebido pelos atletas ao serem descritas ao detalhe as experiências vivenciadas, ao invés de hipóteses, opiniões ou generalizações relativas ao fenómeno (Wertz, 2005).

Neste âmbito, importa voltar a referir que a essência das experiências que uma transição de carreira, ou a passagem para o outro lado da vida provoca, é o objectivo fundamental deste estudo, sendo os atletas a parte integral de todo o processo.

Quanto ao investigador, exige-se no trabalho a desenvolver uma tomada de consciência crítica no referente a uma elevada capacidade de se isolar de possíveis sentimentos que possam interferir na imparcialidade, na isenção, no rigor, que importa a todo o custo salvaguardar.

3.4 Participantes

Fazem parte do grupo de entrevistados, 20 (vinte) jogadores de nível nacional e internacional, que participaram nos campeonatos nacionais e nas competições internacionais entre as décadas de 1980 e 90, 20 (vinte) reclusos que estiveram privados de liberdade no mesmo tempo e 20 (vinte) indivíduos que praticaram o Desporto de forma regular, mas com uma vertente amadora, recreativa ou lúdica. Este último grupo foi introduzido no estudo como referência padrão, seguindo aquilo que vem preceituado na literatura de metodologias de triangulação de dados

O objectivo da utilização da triangulação na pesquisa qualitativo é aumentar a credibilidade e validade dos resultados. Vários estudiosos tentaram, ao longo dos anos, definir triangulação. Isto é o que é considerado triangulação:

- Cohen and Manion (1986) definem triangulação como “uma tentativa de explicitar ou explicar de uma forma mais completa, a riqueza e complexidade do comportamento humano ao estudá-lo através de mais do que um ponto de vista”.
- Altrichter et al. (2008) consideram que a triangulação “oferece uma visão mais detalhada e equilibrada da situação”.
- De acordo com O’Donoghue and Punch (2003), a triangulação é “um método de cruzamento de dados de múltiplas fontes para pesquisar regularidades nos dados recolhidos.”
- Denzin (1978), identificou quatro tipos básicos de triangulação:
 - Triangulação de dados: envolve tempo, espaço e pessoas.
 - Triangulação do investigador: envolve múltiplos investigadores em uma investigação.

- *Triangulação de teorias*: Envolve a utilização de mais do que um esquema de interpretação teórica do fenómeno em estudo.
- *Triangulação Metodológica*: Envolve a utilização de mais do que um método para a utilização de dados, tais como entrevistas, observações, questionários e documentos.

Importa referir que o grupo de jogadores entrevistados fizeram parte das equipas e clubes onde o entrevistador (autor do trabalho) colaborou, quer na qualidade de Observador do Jogo, quer como Metodólogo de Treino Físico ou, de alguma forma, colaborou directamente em processos de recuperação de lesões. No que se refere aos reclusos, também, duma forma directa ou indirecta, pertenceram ao grupo de alunos reclusos onde o autor do trabalho um programa técnico-pedagógico no âmbito do qual o Desporto e a Actividade Física mereceu destaque. Daí uma maior facilidade de contacto e também uma capacidade de abertura pela exposição das ideias que seria possível recolher, caso dúvidas houvesse em termos da relação de confiança.

Em relação ao grupo de controlo, procurou-se entre pessoas praticantes e ex-praticantes de desporto na área de Paços de Ferreira, onde as relações sociais do pesquisador são mais fortes.

A idade dos participantes variou no caso dos atletas entre os 40 e 55 anos, no caso dos ex reclusos entre 35 e 50 anos e do grupo de controlo entre os 30 e 50 anos.

Procurámos pessoas que tivessem passado pela experiência da transição de carreira nos mais variados espaços temporais para se conseguir uma visão mais abrangente.

3.5 Instrumentos

Como já foi referido, foi utilizado na entrevista o modelo Conceptual de Adaptação à Transição de Carreira (Taylor & Ogilvie, 1998) para os antigos jogadores do Futebol Profissional e uma adaptação deste modelo para os ex-reclusos dos Estabelecimentos Profissionais. Este modelo baseia-se numa série de questões abertas e semi-direccionadas sobre as circunstâncias relacionadas com a sua transição, os factores sociais, físicos, económicos e psicossociais inerentes, assim como a qualidade da mesma transição e algumas reflexões pessoais, por parte dos participantes.

A completar o processo, é realizado um questionário demográfico tendo em vista a realização de uma caracterização exacta de cada participante.

Foi utilizada também a Escala de Satisfação com a vida. Um instrumento que permite classificar até que ponto os participantes estão satisfeitos com a sua existência. Esta análise é realizada através de uma série de afirmações que são classificados de 1 a 7, relativas à sua experiência de vida passada.

3.6 Procedimentos

A cada participante foi pessoalmente solicitado um encontro no sentido de obter apoio para a realização duma entrevista com os fins bem explícitos, agradecendo-lhes a colaboração e garantindo-lhes a condição absolutamente confidencial do projecto.

Enquanto para o caso dos ex-jogadores de Futebol, as dificuldades de acerto de data e local, foram com relativa facilidade ultrapassadas, no referente aos ex-reclusos, não foi nada fácil. No entanto as múltiplas tentativas de

“agarrar” este grupo muito especial de cidadãos, agora colocados em liberdade, acabaram por resultar, acabando mesmo por superar as expectativas.

O grupo de controlo foi contactado e seleccionado de entre uma série de conhecimentos próximo de pessoas que praticam ou praticaram o desporto de uma forma lúdica e ou competitiva sem ter como objectivo o alto rendimento ou a superação da privação de liberdade.

O processo de recolha dos dados teve início no final do ano 2009 e prolongou-se durante cerca de 5 meses, durando cada entrevista à volta de 70 minutos, procurando aí obter as respostas inerentes ao processo da sua retirada de carreira, ou mudança de vida, registando-se as percepções, sentimentos, comportamentos e atitudes pelas mudanças registadas.

Seguiram-se diversas técnicas de “rapport” sugeridas em diversos modelos de coaching, Maggie (2011, Cap. V). Procurou-se criar um ambiente de conforto e bem-estar, encorajando cada participante a responder da forma mais honesta possível, até mesmo providenciando-se um maior comprometimento com este trabalho de pesquisa e investigação.

Nas entrevistas foi usado o registo escrito e gravador (Sony), naturalmente assegurando toda a confidencialidade. No final das mesmas, foi repetido tudo o que fora mencionado, procurando-se rectificar qualquer imprecisão registada.

Após todo o apuramento do trabalho das entrevistas realizado, foi enviada aos próprios informação que se reportou ao reconhecimento pela prestação efectuada, anexando o trabalho de respostas efectuado, solicitando possíveis revisões de transcrições expostas.

Sendo a análise realizada ao conteúdo da entrevista uma análise de tipo qualitativo, o primeiro passo foi a transcrição dos inquéritos para suporte informático, do conteúdo de cada uma das entrevistas para facilitar o acesso à informação. Posteriormente a análise fenomenológica dos dados passou pelo envio da transcrição da entrevista (correio ou e-mail) a cada um dos participantes para confirmação da veracidade e autenticidade das mesmas, pedindo-lhes que, caso fosse necessário poderiam proceder a alterações, tendo em vista a fiel transmissão das suas perspectivas. A falta de resposta por parte dos participantes foi assumida como uma aceitação por parte dos mesmos, da correcção da transcrição. As entrevistas em suporte informático foram depois verificadas através de uma justaposição destas, com o seu suporte áudio. Em seguida, procedeu-se a uma leitura literal e integral das entrevistas para familiarização com todos os dados, seguida de uma leitura interpretativa, sendo identificadas e seleccionadas as unidades de texto mais significativas. Por último, os dados recolhidos e seleccionados, foram organizados por dimensões nucleares, categorias e tópicos mais relevantes para o estudo em curso.

Para nos auxiliar na análise quantitativa e científica dos factos recolhidos, fizemos uso da Escala de Satisfação com Vida, que nos permite, através do somatório da classificação que cada um dos participantes, atribui a cada uma das frases, descobrir e definir o seu grau de satisfação para com a sua vida.

Capítulo IV

4. Apresentação dos Resultados

Iniciamos este capítulo, realizando uma breve apresentação dos ex-jogadores, passando depois para um relato cuidado das maiores revelações resultantes das entrevistas efectuadas. Cada um dos temas deste capítulo, faz referência a cada um dos fenómenos inerentes à transição de carreira. A apresentação dos perfis seguintes estabelecerá a relação existente entre os participantes e o fenómeno de transição de carreira, assim como as suas visões e recomendações relativamente à abordagem e vivência de cada um em relação ao mesmo. Consideramos necessário para uma melhor compreensão as informações demográficas de cada entrevistado, a razão da sua retirada, a sua auto-classificação para o fenómeno de transição de carreira desportiva e da sua Escala de Satisfação com a vida, que é um indicador do nível actual de bem-estar subjectivo.

4.1 Grupo Participantes n.º 1

Participante 1 - O indivíduo é um adulto de raça branca de 53 anos. A sua carreira durou 17 anos como jogador profissional (dos 18 aos 35), tendo sido um ponta-de-lança de renome internacional. Jogou por dois grandes clubes nacionais. Revelou que quando se retirou o fez por decisão própria e por ter determinado que era a altura certa para se retirar do desporto que é a sua paixão. Não prosseguiu os estudos e está neste momento num cargo de relevo num clube de futebol de primeira água. É casado.

Classificação de transição de carreira - 4

Resultado de bem-estar subjectivo - 28 **Bastante Satisfeito**

Participante 2 - É um homem de raça branca com 29 anos de idade. Teve uma carreira que pouco durou para lá dos escalões de formação, por opção própria (dos 18 aos 19 anos). Jogou na posição de lateral-direito e extremo-direito. Jogou numa equipa de segunda linha do futebol nacional. Retirou-se há 10 anos. Possui uma licenciatura e neste momento lecciona educação física nas escolas primárias assim como treina uma equipa de futebol. Neste momento está divorciado.

Classificação de transição de carreira - 2

Resultado de bem-estar subjectivo - 17 **Ligeiramente Insatisfeito**

Participante 3 - É um indivíduo de 36 anos e de raça branca. Teve uma carreira de 22 anos, 18 dos quais como profissional (dos 18 aos 36 anos). Durante a sua carreira jogou por 9 equipas, sempre em campeonatos nacionais e como defesa-central. Deixou de jogar porque não pôde dar seguimento à carreira, uma vez que nenhuma equipa o seleccionou. Possui o 9º ano. Neste momento trabalha como gestor comercial. É casado.

Classificação de transição de carreira - 6

Resultado de bem-estar subjectivo - 17 **Ligeiramente Insatisfeito**

Participante 4 - É um homem de raça branca de 44 anos. Teve uma carreira de 16 anos como profissional (dos 18 aos 34 anos). Foi um jogador que pelo seu aspecto físico, superou em muito as expectativas que se criariam em volta de um jogador com as suas características. Tornou-se um modelo e um exemplo para as gerações mais novas pela excelência da sua carreira e personalidade idónea. Jogou em grandes clubes da liga nacional, da liga italiana e francesa. Quando terminou a carreira, fê-lo por limitações físicas decorrentes da idade e do acumular de lesões ao longo dos anos. Possui o 6.º ano de escolaridade. É casado.

Classificação de transição de carreira - 5

Resultado bem-estar subjectivo - 35 **Extremamente satisfeito**

Participante 5 - É um homem branco de 67 anos. Teve uma carreira de 20 anos no futebol profissional (dos 18 aos 38), sendo um dos raros casos de jogadores que só conheceram um clube ao longo da sua carreira futebolística. Foi um guarda-redes de nível nacional. Decidiu pôr termo à carreira por ver terminar o seu ciclo nesse clube, considerando que após 22 anos defendendo o mesmo emblema, era impensável mudar de clube. Possui o ensino primário. É casado.

Classificação de transição de carreira - 5

Resultado bem-estar subjectivo - 33 **Extremamente satisfeito**

Participante 6 - É um homem de raça branca, de 58 anos. Teve uma carreira com uma longevidade normal no futebol (dos 18 aos 32), para a sua posição, embora tenha sido abruptamente terminada por uma lesão, apesar de ter pelo meio um interregno de 3 anos, em resultado da mesma lesão, que não foi final pela paixão que nutre pelo futebol. Possui a quarta classe. É casado.

Classificação de transição de carreira - 8

Resultado bem-estar subjectivo - 33 **Extremamente satisfeito**

Participante 7 - Este ex-jogador é um indivíduo de raça branca de 36 anos. Terminou a sua carreira de jogador de futebol (dos 18 aos 23), muito precocemente, aos 23 anos de idade, devido a um problema cardíaco. Jogava como médio ofensivo e como médio interior. É casado.

Classificação de transição de carreira - 5

Resultado bem-estar subjectivo - 23 **Satisfeito**

Participante 8 - É um indivíduo de raça branca 63 de anos. Foi ao longo da sua carreira (dos 18 aos 33) um jogador de nível nacional que teve o privilégio de jogar na selecção nacional e de representar um dos grandes do futebol português. Conseguiu o feito de ser campeão nacional tanto como jogador como treinador, posteriormente. Decidiu terminar a carreira quando chegaram ao clube jogadores mais novos e reparou que não apresentava o mesmo fulgor físico de outros tempos. Ao nível das habilitações literárias, possui o secundário, embora tenha frequentado o ensino superior. É casado.

Classificação de transição de carreira - 7

Resultado bem-estar subjectivo - 18 **Ligeiramente satisfeito**

Participante 9 - É um homem de 60 anos, de raça branca. Terminou a carreira de 16 anos como jogador (dos 18 aos 34) devido ao desgaste que uma vida dedicada ao futebol foi causando sobre o seu corpo. E também devido ao aparecimento de uma equipa de futebol para treinar. Jogou em várias equipas das principais ligas nacionais portuguesas. Possui o secundário. É casado.

Classificação de transição de carreira - 5

Resultado bem-estar subjectivo - 32 **Extremamente satisfeito**

Participante 10 - É um homem de 35 anos de idade, de raça branca, que deu por terminada a carreira de futebol profissional recentemente (dos 18 aos 35). Deixou a carreira de jogador por considerar que já não conseguiria corresponder como pretendia dentro do campo. Sempre jogou como avançado. Possui o ensino secundário e desempenha neste momento as funções de director num clube da Liga Zon Sagres. Ao nível das habilitações literárias detém o ensino secundário. É casado.

Classificação de transição de carreira - 8

Resultado bem-estar subjectivo - 29 **Bastante Satisfeito**

Participante 11 - É um homem de raça branca com 55 anos de idade, que terminou a carreira no futebol profissional após 18 anos como profissional (dos 18 aos 36). Deixou a carreira de jogador por ter contraído uma lesão no joelho. Desempenha neste momento as funções de treinador de futebol. Ao nível das habilitações literárias detém o ensino secundário. É divorciado.

Classificação de transição de carreira - 3

Resultado bem-estar subjectivo - 22 **Satisfeito**

Participante 12 - É um homem de raça branca de 44 anos, que concluiu a carreira de futebol após 17 anos como profissional (dos 18 aos 35). Foi um dos grandes jogadores do nosso futebol. Deixou a carreira de jogador por sentir que o corpo já não respondia às exigências da competição, após muitas lesões. Possui o ensino preparatório e é um empresário de sucesso no ramo da imobiliária e construção. É casado.

Classificação de transição de carreira - 4

Resultado bem-estar subjectivo - 25 **Bastante Satisfeito**

Participante 13 - É um homem de raça branca de 45 anos, que terminou a carreira de futebol profissional após 12 anos (dos 18 aos 30). Foi dos poucos jogadores a lograr o feito de representar os três grandes do nosso futebol. Deixou a carreira de jogador por sentir que o corpo já não respondia após um acumular de lesões. Possui o ensino preparatório e é treinador de futebol. É divorciado.

Classificação de transição de carreira - 6

Resultado bem-estar subjectivo - 20 **Satisfeito**

Participante 14 - É um homem de raça branca de 55 anos, que concluiu a carreira de futebol profissional após 15 anos como jogador (dos 18 aos 33). Foi campeão europeu pelo FC Porto. Deixou a carreira de jogador por sentir que o corpo já não respondia após um acumular de lesões. Possui o ensino preparatório e é empresário de comércio, função que acumula com a de treinador de futebol. É casado.

Classificação de transição de carreira - 6

Resultado bem-estar subjectivo - 20 **Satisfeito**

Participante 15 - É um homem de raça negra de 45 anos, que terminou a carreira de futebol profissional após 16 anos como jogador (dos 18 aos 34). Deixou a carreira de jogador por sentir que o corpo já não respondia após anos de competição ao mais alto nível. Possui o 11.º ano e é treinador de futebol de formação. É casado.

Classificação de transição de carreira - 3

Resultado bem-estar subjectivo - 20 **Satisfeito**

Participante 16 - É um homem de raça branca de 56 anos, que deixou a carreira de futebol profissional após 17 anos como jogador (dos 18 aos 35), devido a lesão grave num joelho. Foi campeão europeu de clubes pelo F.C. Porto. Possui o ensino preparatório e é treinador de futebol de formação. É casado.

Classificação de transição de carreira - 5

Resultado bem-estar subjectivo - 29 **Bastante Satisfeito**

Participante 17 - É um homem de raça branca de 43 anos, que deixou a carreira de futebol profissional após 17 anos como jogador (dos 18 aos 28), devido a lesão grave, associada às condições de trabalho e também remuneratórias. É licenciado e trabalha como gerente comercial. É casado.

Classificação de transição de carreira - 3

Resultado bem-estar subjectivo - 22 **Satisfeito**

Participante 18 - É um homem de raça branca de 55 anos, que deixou a carreira de futebol profissional após 20 anos como jogador (dos 18 aos 38), devido a já não sentir motivação para a competição. Possui o ensino secundário e é treinador de futebol. É casado.

Classificação de transição de carreira - 3

Resultado bem-estar subjectivo - 22 **Satisfeito**

Participante 19 - É um homem de raça branca de 49 anos, que deixou a carreira de futebol profissional após 16 anos como jogador (dos 18 aos 34), devido à falta de ofertas de contrato. Possui o ensino preparatório e é empresário têxtil que acumula com a função de treinador de futebol. É casado.

Classificação de transição de carreira - 1

Resultado bem-estar subjectivo - 23 **Satisfeito**

Participante 20 - É um homem de raça branca de 55 anos, que deixou a carreira de futebol profissional após 16 anos como jogador (dos 18 aos 34), devido a considerar que já não dava resposta dentro do campo e porque queria terminar a carreira de jogador no FC Porto. Foi campeão europeu de clubes pelo FC Porto. Possui o ensino secundário e é treinador de futebol. É casado.

Classificação de transição de carreira - 3

Resultado bem-estar subjectivo - 28 Satisfeito

Na tabela seguinte apresentamos os dados quantificáveis relativos ao grupo apresentado anteriormente. Podemos constatar que grande parte dos sujeitos estão satisfeitos com o nível de bem-estar subjectivo actual.

Tabela 2 - Demográficos, Classificação de transição de carreira e resultado da Escala de Satisfação com a Vida.

Participante	Idade	Raça	Futebol Juvenil (# anos)	Futebol Profissional (# anos)	Posição	Bem-estar subjectivo *	Classificação transição carreira **
1	53	Branca	3	17	PL	28	4
2	29	Branca	6	0,5	LD	17	2
3	36	Branca	4	18	DC	17	6
4	44	Branca	5	16	AV	35	6
5	67	Branca	2	20	GR	33	5
6	58	Branca	2	20	GR	33	8
7	36	Branca	6	6	MO / ME	23	5
8	63	Branca	3	12	MC / D	18	7
9	60	Branca	3	16	DC / LE	32	5
10	35	Branca	6	16	AV	29	8
11	55	Branca	2	18	MD	22	3
12	44	Branca	8	17	AVE	25	4
13	45	Branca	8	12	DC	20	6
14	55	Branca	6	15	MC	20	6
15	45	Negra	5	16	MD	20	3
16	56	Branca	3	17	MC	29	5
17	43	Branca	5	17	DC	22	3
18	55	Branca	4	20	GR	22	3
19	49	Branca	6	16	PL	23	1
20	55	Branca	2	16	LE	28	3

* Escala de Satisfação com a Vida varia de 17 - 35. Média = 24,80

** Classificação Transição de Carreira Desportiva 1 (fácil) - 10 (difícil). Média = 4,65

As três secções seguintes apresentam as revelações que mais se evidenciaram nos resultados apurados no âmbito deste estudo. Na secção 1, apresentamos uma análise detalhada dos dados recolhidos, identificando os temas fundamentais. As dimensões são as seguintes:

1 - A maneira como os antigos jogadores de futebol, descrevem a experiência de transição de carreira desportiva.

2 - Sistemas de apoio existentes para auxiliar os atletas a lidar com esta experiência de vida.

3 - Preparação para a transição de carreira desportiva.

4 - Bem-estar subjectivo.

Para clarificar e tornar mais fácil a análise dos dados recolhidos, assim como a sua compreensão para quem ler esta investigação, dividimos as explanações dos inquiridos em subsecções. Na subsecção 2 revelamos as recomendações efectuadas no sentido da criação de um programa educacional de apoio, com o objectivo de auxiliar os jogadores de futebol a lidar com esta fase difícil das suas vidas. Na terceira e última subsecção apresentamos a descrição detalhada das experiências de transição de carreira dos ex-futebolistas participantes neste estudo.

Os inquiridos foram bastante reveladores em determinados assuntos relativos a experiências pessoais vivenciadas no âmbito deste fenómeno, embora tenha sido perceptível a emoção que sentiam ao falar de algo que amaram e os apaixonou (e que continua a desempenhar um papel importante nas suas vidas). Apesar de revelarem ter sido uma altura “difícil, muito difícil” das suas vidas, também revelaram, terem vivenciado situações positivas que resultaram das suas transições de carreira.

Contudo, os resultados obtidos com a escala de satisfação com a vida (classificando a sua satisfação com o corrente nível de vida) revelam que a maioria dos entrevistados está satisfeita com o seu presente nível de vida. Apenas o resultado de três dos inquiridos revela que estão ligeiramente insatisfeitos com o seu presente nível de satisfação de vida.

4.1.1 Percepção Entendida e Compreendida dos Antigos Jogadores de Futebol da Transição de Carreira Desportiva

A análise dos dados recolhidos revelou-nos imensos exemplos que nos indicam o que sentem os atletas acerca da vivência da experiência de transição de carreira desportiva, e respondem à questão sobre como percebem e respondem emocionalmente às exigências e situações resultantes da fase da sua vida em questão. Num aspecto, a vivência dos vários participantes é comum, um período de adaptação ao seu novo estilo de vida, divergindo apenas relativamente à duração deste aspecto particular, e o seu nível de adaptação (dependente de uma série de factores intrínsecos e extrínsecos).

Os questionários demográficos preenchidos e os perfis dos jogadores, elaborados a partir daí, indicam que os participantes classificaram (numa escala de 1 a 10) a transição de carreira desportiva de 2 a 8, o que é demonstrativo dos graus de adaptação que os antigos jogadores experienciaram durante o período de transição de carreira desportiva. Sob o tema central, de como os antigos atletas descrevem e percebem a transição de carreira desportiva, quatro categorias emergiram: *avaliação cognitiva*, *resposta afectiva*, *resposta comportamental* e *adaptação psicossocial*. As páginas seguintes desta secção descrevem como a avaliação cognitiva da carreira, realizada por cada um dos jogadores, influencia a qualidade da experiência de transição de carreira desportiva e o bem-estar subjectivo.

4.1.2 Avaliação Cognitiva

A avaliação cognitiva é a forma como cada um dos indivíduos interioriza e processa uma dada situação vivenciada. O motivo que deu origem à vivência desta experiência de transição de carreira desportiva revelou-se de enorme importância para as circunstâncias envolventes, referentes a cada um dos indivíduos em questão,

assim como as experiências vividas resultantes dessa situação. Após uma revisão da pouca literatura disponível sobre o tema, reparámos que foram identificadas quatro causas primárias para a resolução de uma carreira desportiva (Idade, Rejeição, Lesões e Escolha Própria). O suporte em relação a esta afirmação fica consubstanciado nas descrições fornecidas pelos participantes em relação às razões que levaram ao fim das suas carreiras de jogadores de futebol.

O participante 1, 2 e 10 revelaram que o fizeram por opção própria. As suas respostas foram:

Participante 1 - “Podia jogar mais algum tempo, pelo menos um par de anos, mas como eu lhe disse, a minha opção foi acabar naquela altura.”

Participante 2 - “... devido a ter preferido dar um caminho diferente à minha vida (universidade) em função de não ter encontrado condições para prosseguir a carreira.”

Participante 10 - “... deixei de estar no relvado como jogador e passei a ser director desportivo de uma equipa profissional de futebol.”

Participantes 6 e 7 referiram as lesões graves como causas para o termo da carreira:

Participante 6 - “... neste caso, foi a lesão, uma lesão gravíssima que eu tive no joelho esquerdo e que ainda hoje sinto, mesmo os próprios médicos disseram que eu tinha poucas hipóteses de continuar como jogador de futebol.”

Participante 7 - “Tive que abandonar minha carreira de futebolista em função de um problema cardíaco que me foi detectado.”

Participante 13 - “Dificuldade de respostas físicas, devido em parte a lesão grave.”

Participante 11 - “Uma lesão no joelho esquerdo, e de imediato o convite para tomar conta da equipa onde jogava, obrigaram-me a deixar de jogar.”

Os participantes 4, 5, 8 e 9 referiram o desgaste de uma carreira como o menor “fulgor físico” e a idade como causa do termo da sua carreira:

Participante 4 - “As circunstâncias foram o facto de ter 34 anos, e que tinha tido algumas lesões no meu último ano de contrato e quando eu vi que já não tinha correspondência ao nível de treino, da condição que aquilo exigia... pus termo a carreira.”

Participante 5 - “... tinha 35 anos, fiz uma carreira de 22 anos no FCP, e achei que estava no fim da carreira ao nível do FCP, tive convites para outros clubes, mas 22 anos num clube só, depois não há hipótese, mas não me sentia bem e, com 35 anos, terminei a minha carreira.”

Participante 8 - “... enquanto praticantes, queremos ter timing de deixar uma imagem positiva, diferente daquela outra imagem de deixar arrastar, eu julgo que me apercebi que não tinha fulgor doutros anos; entretanto chegaram ao clube jogadores mais novos e ver que o fim da carreira tinha chegado não é fácil.”

Participante 9 - “Foi no limite da altura certa que eu optei por pôr termo à minha carreira em função do desgaste que já tinha...”

Participante 14 - “Incapacidade para o desempenho com qualidade.”

Participante 12 - “Dificuldade de dar resposta às exigências, devido à idade...”

Participante 18 - “Já não sentia motivação pelo jogo em si, isto é, o perder e ganhar já não mexiam comigo. Adorava o treino e o jogo, mas o resultado já não me motivava para mais. Já não jogava com tanta assiduidade e estava longe da família.”

Os participantes 3 e 19 revelaram que tiveram de terminar a carreira por ninguém acreditar que ainda pudessem dar o seu contributo ao futebol como jogadores. As suas respostas foram:

Participante 3 - “Deixei o futebol profissional porque, infelizmente e embora me sentisse no melhor das minhas faculdades, não me foi dada a possibilidade por parte dos dirigentes e dos treinadores de uma oportunidade de continuar como profissional.”

Participante 19 - “Deixei o futebol profissional com 34 anos, em plena forma física, por falta de oferta.”

Os participantes que revelaram que as suas carreiras terminaram por situações fora do seu controlo directo, como a idade, dispensas e lesões, foram os que tiveram uma transição de carreira mais complicada, embora muitos deles tenham sido amparados pelo clube, ao dar-lhes uma possibilidade de lá continuarem ligados ao futebol de formação como treinadores.

Lazarus e Folkman (1984) sugerem que a avaliação cognitiva da transição é um indicador crítico da adaptação à transição da carreira desportiva. Várias construções cognitivas emergiram destes dados como elementos-chave que influenciam a forma como o indivíduo sente e lida com a transição das suas carreiras de futebol profissional.

4.1.3 Falta de Controlo

Os jogadores que não tiveram o controlo sobre a decisão de abandonar a carreira de profissionais acabam por dar sinais de terem sido assolados por ressentimento em relação à falta de controlo sobre a sua própria carreira.

Participante 7 - “... tinha 23 anos e, como deve calcular, não é fácil aceitar uma situação destas ainda por cima quando estamos num bom momento de carreira.”

Participante 3 - “... deixei há cerca de 1 ano (como profissional) e acho que ainda não me conformei com essa situação, daí ainda continuar a jogar, embora só como amador.”

Participante 11 - “se nos referirmos apenas à condição de praticante profissional, não tive tempo para me conformar. Aconteceu tudo muito de depressa.”

4.1.4 Identidade Atlética

Durante uma vida dedicada ao futebol é com naturalidade que se assiste à construção de uma identidade atlética que emerge como um tópico importante nesta categoria de avaliação cognitiva e aparenta ter um peso considerável na forma como os antigos jogadores percebem e vivenciam a experiência de transição de carreira. Estes dados sugerem que atletas com uma identidade atlética vincada revelam uma maior propensão para experienciar adaptações negativas à transição de carreira desportiva. Na literatura de psicologia desportiva, muitos investigadores têm descrito padrões de auto-identificação como tendo um papel preponderante na adaptação à transição de carreira desportiva (Webb et al, 1995; Lavalley & Wylleman, 2000).

A identidade atlética é uma construção que se refere à medida pela qual um atleta se define a ele próprio pelo seu papel atlético (Brewer, Van Raalte & Linder, 1993). Ainda que manter uma forte identidade atlética possa ter um efeito positivo em atletas profissionais e na sua performance desportiva, pode haver riscos associados com tais padrões de auto-identificação após o final da carreira desportiva. Na maioria das adaptações, a transição de carreira desportiva levou os participantes a necessitarem de reestruturar as suas identidades de forma a minimizarem o grau de dissonância magnética.

Os inquiridos revelaram que esta reestruturação foi um ponto de viragem, uma vez que lhes permitiu percepcionarem uma série de situações:

- Reconhecerem que a sua identidade atlética era mais importante para eles do que pensavam anteriormente
- Aceitar que a perda da sua identidade atlética foi emocionalmente stressante, ou perceber que a sua busca da excelência na arena do futebol foi conseguida através de sacrifícios de outras dimensões da sua pessoa.
- Aceitar que para a sociedade essa imagem é volátil: só enquanto ajuda à obtenção de vitórias.

Um dos elementos que mais demonstrou ter sentido essa mudança, foi o participante 5, que relatou como sentiu grandes dificuldades e lidar com o corte efectuado de forma radical: Participante 5 - “Eu dediquei-me exclusivamente ao restaurante e ao café; para um indivíduo que durante 22 anos tem uma actividade de trabalho, treinos, jogos, toda essa actividade fez com que eu entrasse, passados 1 ou 2 meses numa depressão; para mim tudo me aborrecia, portanto estranhei, foi uma mudança muito grande, deixar a minha actividade desportiva para a actividade que tinha como comerciante e, então, senti, de facto, problemas físicos, mentais, psicológicos, entrei em depressão, qualquer coisa me aborrecia e tanto é que eu tive de recorrer a um psicólogo. Naquela altura tive que ir a Espanha, a um psicólogo muito bom, ali em Pontevedra, isto tudo relacionado, porque, quando eu abandonei, ninguém me preparou dentro do clube, não é, podiam-me ter dito, atenção, não largues, faz algum exercício físico porque isso tinha que ser acompanhado. Para quem não fazia mais nada e, durante 22 anos aquilo era a minha actividade, isso foi um problema que depois eu tive que ultrapassar, mas tive problemas.”

Participante 8 - “O momento de transição é particularmente difícil, aquele chorar, aquelas lágrimas que caem, não é de raiva é de nostalgia, mas como houve uma âncora que estava lá, isso atenua; aquela transição ali é muito dura, o Figo que, no ano passado, ainda estava a jogar este ano ele está no Inter, o Zidane está ligado ao Real Madrid, o Fernando Couto deve, de alguma forma, começar a estar ligado ao Porto, o Vítor Baia acabou, mas estes não são os exemplos, eu não sou exemplo, são as possibilidades de cada um, mesmo ficando ligado foi duro, não sei o que para eles significou, para Figo, para Vítor Baia. Estas situações, elas não mudam muito no que dizem respeito ao corte, ao chegar ao fim da linha em termos de terminar como jogador e agora é outro dia e esse dia que chega e deixa marcas. A mim deixou - me marcas; não sei bem o que aconteceu com os outros, mas aqueles primeiros meses foram muito dolorosos.”

Participante 16 - “Foi muito difícil porque eu amava jogar futebol, como calcula sofri bastante.”

Participante 20 - “As relações de trabalho dum clube de futebol, em que envolve alguns departamentos que estão interligados com o gabinete técnico, não foi nada fácil e quando se exige um rigor e um profissionalismo de grande dedicação as dificuldades aumentam. Também os espaços físicos para trabalhar são deficitários e por último a mentalidade dos nossos dirigentes.”

Pelo contrário, o participante 1, ainda que reconheça que foi uma fase difícil, conseguiu transportar a frieza que o caracterizava em campo para a transição de carreira, considerando esta uma fase muito natural. Isto resultou numa transição com sucesso.

Participante 1 - “... foi a minha maneira de estar, a minha maneira de ser que, no fundo, influenciou, na minha opinião, pela positiva, a passagem. Porque conheço outros companheiros, outros adversários que, depois de acabar, quase nem vêm ao futebol. Eu, desde que acabei, poucos jogos faltei. Pelo menos ao F.C. Porto, a poucos jogos faltei e, depois, à Selecção Nacional, faltei alguns, mas ainda hoje me perguntam, e eu já acabei a carreira há 20 anos, e a pergunta é: “Quando estás a ver um jogo, que sentes?”, e a minha resposta é que não

sinto tristeza, eu nunca sinto que... lá está, cada um tem a sua personalidade e eu entendi assim e achei as coisas sempre naturais e cada época tem o seu tempo, e eu tive a minha época e o meu tempo, sendo certo que a minha actividade, depois de acabar a carreira não foi aquele em que estou. Agora estou integrado no FC Porto, mas durante 18 anos, não. Tive alguns negócios, uma série de coisas.”.

O desenvolvimento desta mesma identidade atlética ocorre ao longo de um período de tempo e está dependente de vários factores. Os dados recolhidos demonstram que o nível de sucesso atingido, assim como o período de tempo dedicado à procura da excelência na performance desportiva, são as duas variáveis que mais exponenciam o risco de adaptações negativas à transição de carreira desportiva. A grande maioria dos participantes envolvidos nesta investigação jogaram na antiga 1ª Divisão do Futebol Português e/ou na Liga Portuguesa de Futebol Profissional, tendo, praticamente todos, feito parte, do que podemos considerar um grupo de elite de atletas. Isto fez com que o nível de investimento emocional, físico e psicológico na carreira desportiva que lhes permitiu a participação ao mais alto nível do futebol profissional tenha sido elevadíssimo:

Esta mesma constatação é feita pelo participante 8 e participante 4 em relação ao timing da transição:

Participante 8 - “ter *timing* não é fácil porque a paixão de jogar leva-nos, por vezes, a que nos arrastemos e há que perceber quando nós temos capacidade física de aguentar, já que a idade vai avançando e outros jovens vão aparecendo e o ritmo do jogo vai sendo mais elevado e escolher esse timing não é fácil e às vezes não somos nós que o escolhemos.”.

Participante 4 - “Diziam-me antes colegas meus que tinham deixado de jogar, que era difícil e realmente aqueles primeiros 6 meses nós estamos a ver o jogo e ainda pensamos que temos capacidade de estar no meio deles e ainda fazer melhor do que aqueles que lá estão, mas isso não era a realidade, porque eu também sabia que, naquele ano, tinha algumas dificuldades, principalmente quando se treina ao alto nível, e se não se treinar bem tem-se muitas dificuldades...”.

Participante 4 - “Senti mais falta do balneário, dos estágios, dos colegas que passam ao longo da nossa vida, que passam meses que nós não falamos, e foi essa nostalgia com que eu fiquei, mas, acima de tudo, ganha-se outra vida familiar, pois temos mais tempo; eu agora dou mais valor ao mais novo (não é que não goste dos outros), porque me sinto mais perto, levo-o á escola e faço as coisas que antigamente não podia fazer, dou mais valor á parte familiar.”.

O participante 9 revela mesmo como esse “bichinho” ainda lhe deu a ilusão de que, após a retirada, ainda poderia voltar:

Participante 9 - “Na altura, uma vez que não tive aquela saída para fora do futebol, dei continuidade à profissão, não me custou muito, às vezes parava para pensar; agora estou deste lado e estava habituado a correr, portanto, no início da carreira de treinador, eu ainda treinava com eles, brincava com eles naquelas peladinhas de finais de treino, porque o bichinho ainda continuava inserido na profissão, e tanto é que houve depois uma acumulação de resultados menos positivos e houve uma vinda de um treinador mais experiente que foi o pai do José Mourinho, o Félix Mourinho, que veio para cá e eu ainda consegui, depois daquela ponta final, dar continuidade e ficar como adjunto de Félix Mourinho. Houve a hipótese de eu voltar a jogar a ponta final da carreira mas chegamos à conclusão de que não houve assim um interesse muito evidente da parte directiva e eu acabei por ficar desiludido e acabei por não voltar a jogar.”

O participante 4 foi um pouco mais além, deixando transparecer, nas suas declarações, o que via nas atitudes de ex-companheiros associado à desconexão da realidade que vinha associada a uma identidade atlética demasiado desenvolvida:

Participante 4 - “Influencia muito, porque nós enquanto somos atletas, se calhar, não damos tanto valor a quem está por fora, porque somos pessoas que estamos sempre a ouvir os conselhos e, muitas vezes, nós ouvimos esses mesmos conselhos, eu também fui uma pessoa que gostava de ouvir os mais velhos em termos gerais, isto foi uma experiência boa para mim e uma aprendizagem e, quando deixei de jogar, consegui ser aquilo que era como jogador, ou seja, ouvir as pessoas e, dentro do meu conhecimento, transmitir aos mais jovens enquanto atleta e agora como treinador.”.

4.1.5 Incerteza

Outra construção cognitiva que revelou constituir impacto mais reduzido que o esperado na forma como os jogadores de futebol experienciam a transição de carreira desportiva foi a *incerteza*. Esta Incerteza refere-se à sensação de insegurança que normalmente poderiam experienciar após a transição. Contudo foi possível perceber que a maioria já tinha negócios à sua espera, apostou na formação ou foram libertados dessa incerteza pelos seus clubes, ao serem integrados nas equipas técnicas das suas equipas:

Participante 1 - “Sim. Sempre me procurei preparar, mais do que preocupar. Mas, enfim, o futuro nunca se sabe e, pela forma que a sociedade avança, pela forma como é sempre... não é fácil. Eu lembro-me que era jogador, com 25 anos, e tirei o curso de treinadores. Era uma forma de me preparar, e depois fui fazendo alguns investimentos.”.

Participante 2 - “Prosseguir os meus estudos com sucesso e lançar as bases para uma vida que me realizasse.”.

Participante 4 - “Não tive muitas preocupações, porque eu estive logo ligado ao clube ao F.C.P., não tive essa experiência de estar fora, fiquei logo ligado ao clube em observação de jogos de jogadores, por isso a mim não me custou tanto em pensar no que é que iria fazer.”.

Participante 5 - “As minhas preocupações, dentro da lógica desportiva, era, eu já tinha uma vida fora do futebol, já era um industrial de cafés, de restaurantes, portanto já tinha a minha vida organizada, portanto as minhas preocupações fora do futebol já estavam asseguradas e não tive no meu pensamento que dar continuidade como treinador de futebol, ou como prosseguir no aspecto desportivo. Isso mais tarde veio acontecer, mas foi passado alguns anos largos, mas, naquela altura, quando terminei a minha carreira desportiva dediquei-me única e exclusivamente ao meu negócio.”.

Participante 6 - Eu tinha varias lojas, houve uma coisa que foi muito importante: quando comecei a jogar futebol pensei que poderia não ser para toda a vida e então quis ter algo para me entreter quando a carreira de futebolista acabasse. Poupei o máximo possível para depois conseguir subir e foi isso que aconteceu.

Participante 7 - “Estiveram sempre presentes, estudei enquanto jogava e após ter de deixar a minha carreira de futebolista fui para bancário, profissão que exerço há 12 anos.”.

Participante 8 - “Sabe, o corte não foi tão forte e tão profundo porque fiquei no clube onde tinha jogado 12 anos, alias onde passei a ficar 21 ou 22 anos; daí que não tenha havido o choque propriamente dito. O choque é o sair de cena, portanto, por ter chegado ao fim de um ciclo como jogador e outra que se abria como treinador e que nada tinha a ver um com o outro.”.

Participante 9 - “o Félix Mourinho que veio para cá e eu ainda consegui depois daquela ponta final. Dei continuidade e fiquei como adjunto de Félix Mourinho...”.

Participante 10 - “Não tive precauções imediatas, em primeiro porque fui-me precavendo antecipadamente, fiz investimentos e tenho já 2 negócios, e depois ainda estou ligado ao futebol profissional.”.

Participante 12 - “Tentar apostar numa aplicação dos aspectos financeiros era negócio. Compra e venda de apartamentos e terrenos.”

Participante 13 - “Ficar ligado à modalidade na qualidade de treinador.”

Participante 14 - “Cumprir com as minhas obrigações sociais, económicas e familiares.”

Participante 17 - “Felizmente antes de terminar o contrato, último no futebol, já tinha emprego garantido pelo que as minhas preocupações eram unicamente de saber como iria reagir sem os rituais do futebol.”

Participante 18 - “Minha preocupação era dar continuidade como treinador a minha carreira como jogador, já que foi esse sempre meu desejo.”

Participante 19 - “Eu procurei acima de tudo deixar de pensar no futebol, o que é difícil, e tentar seguir em frente.

Participante 20 - “Como queria continuar ligado ao futebol como treinador a minha preocupação era se tinha essa oportunidade.”

Apesar de tudo, alguns dos participantes experienciaram essa incerteza sobre o que fazer depois de uma vida dedicada ao que adoravam fazer:

Participante 3 - “Com o passar dos anos e o aproximar do fim de carreira, para mim só o ano passado quando deixei de ser profissional é que me dediquei afincadamente a tentar, através de pessoas que fui conhecendo no meu percurso, para que, de certa forma, me fosse concedida uma oportunidade de iniciar uma nova etapa profissional, uma vez que, como todos nós sabemos, os negócios não estão fáceis.”.

Participante 15 - “Que actividade abraçar após a minha retirada.”.

Participante 11 - “Preocupação principal, o que fazer depois de duas décadas a jogar futebol.”.

Participante 16 - “Pensei de facto no que iria fazer e agora?”.

4.1.6 Facilitadores Percepcionados

Um facto, que não se pode descurar, é o das circunstâncias que os participantes consideram como facilitadoras da transição. A este nível, os psicólogos acreditam que quando conflitos intra-psíquicos são agudos e a ansiedade ameaça o ego, as pessoas recorrem a mecanismos de defesa. Mecanismos de defesa são técnicas através das quais as fontes de ansiedade são excluídas do consciente ou distorcidas para uma forma que provoquem menos ansiedade (Bootzin, Bower, Zajonc & Hall, 1986). Durante cada entrevista, participantes especularam acerca de circunstâncias que percepcionaram como tendo uma influência positiva na qualidade da transição de carreira desportiva. A maioria revelou, nesse sentido e no tópico anterior, a existência da perspectiva de um trabalho. Mas também foi mencionada a formação, ainda que, para os participantes, isso reflecta a formação ao nível de treinadores. Estas percepções não são baseadas em quaisquer evidências, mas tão-só na especulação e/ou no ouvir dizer acerca das circunstâncias de outros jogadores, que não em evidências próprias. Transparece, assim, que, em algum momento do seu desenvolvimento, estes indivíduos aprenderam a valorizar a obtenção de uma educação, não sendo possível no entanto percepcionar com precisão a origem do aparecimento deste valor:

Participante 1 - “Eu lembro-me que quando era jogador, com 25 anos, tirei o curso de treinadores. Era uma forma de me preparar...”.

Participante 2 - “Sempre vi o trabalho como a base de tudo na vida e o estudo universitário veio-me dar esse seguimento...”.

Participante 3 - “... ainda profissional, decidi dedicar algum tempo a tirar o curso de treinadores Nível 1, Nível 2 e um curso de “Formação Elite de Direcção Desportiva”, pois, um dia mais tarde, nunca se sabia se poderia ser útil e também por considerar que devemos sempre estar em permanente aprendizagem em aspectos e áreas que consideramos que, um dia mais tarde, nos podem vir a ser úteis.”.

Participante 4 - “Durante a sua vida futebolista, tirar um curso, ser um indivíduo formado, curso de treinador, professor de educação física, o sucesso é a transformação de um jogador de futebol que no futuro pode ser outra coisa qualquer, porque a vida de futebolista tem limites, há umas mais curtas do que outras. Temos que precaver o futuro.”.

Outra ideia pré-concebida dos participantes e referenciada durante as entrevistas relacionou-se com a segurança financeira. Os participantes acreditam que a segurança financeira tinha um efeito positivo na qualidade da transição de carreira:

Participante 3 - “É claro que os que conseguirem rentabilizar o dinheiro que foram auferindo enquanto profissionais isso permite-lhes investir (Ex: Imóveis, Negócio).”.

Participante 4 - “... felizmente o futebol deu-me muito, em termos de pessoas em ajudar a organizar o futuro. Também, pelo facto de a minha família ter alguns conhecimentos e algumas posses, fui, ano a ano, criando alguns fundos para que, um dia, não estivesse preocupado com o facto de ter que jogar mais 4 anos e estabilizar a minha vida económica. Também tive muita sorte, pois, nos meus 16/15 anos de profissional, estive sempre em bons clubes e consegui arrecadar algum dinheiro para que depois pudesse sobreviver ao futebol...”.

Participante 5 - “Acho que eles até nem pensam, porque agora ganham tanto dinheiro, não sei, porque nós ganhávamos uma coisinha de nada e tínhamos que amealhar para o futuro, pois nós pensávamos nele, mas agora, eu não sei, pois os jogadores de agora ganham fortunas por mês, mas não devem pensar tanto como nós pensávamos. Ainda por cima, hoje em dia, um jogador sai de um clube para outro para ir ganhar muito mais: no meu tempo já não, no meu tempo não havia transferências.”.

Participante 6 - “Eu acho que quando nós optamos por uma carreira profissional de futebol, temos logo que nos preparar e adaptarmo-nos a essas coisas. Eu fui para o F.C. Porto com 21 anos e comecei a pensar nas coisas: tenho que poupar dinheiro, o máximo possível por, um dia, estar bem na minha vida. Eu acho que já estamos preparados para isso, eu acho que me preparei, não sei se as outras pessoas se preparam, mas eu preparei-me e também tive uma esposa que me ajudou bastante em relação a isso.”.

Participante 9 - “... muitos já começam a fazer isso antes de acabar a carreira de jogador, alguns investem, isto é, aqueles que têm possibilidade de investir. Uns têm sucesso e outros não conseguem, mas alguns, mesmo em actividade, já tem o seu negócio montado, dando sequência em termos de preparar o futuro com confiança e esperança.”

Participante 16 - Felizmente tive um treinador, o Senhor Pedroto, que me influenciou para obter a carteira de treinador e então tirei o curso em 1984, mas sinceramente na altura nunca me passou pela cabeça desempenhar a função de treinador, obviamente que pensava no futuro, mas muito levemente, pensando abrir um negócio.”.

Participante 20 - “Todos nós temos uma perspectiva do futebol, quando comecei a pensar em ser treinador comecei a fazer perguntas ao meu preparador físico, ao meu treinador e a todos que me rodeavam. Escrevia os treinos que fazíamos e quando terminava os primeiros 45 minutos do jogo e íamos para o balneário já eu ia a pensar que se fosse eu o treinador o que dizia aos jogadores. Nós bebemos muito daquilo que são os nossos treinadores mas depois temos a nossa própria personalidade e as nossas convicções para desenvolvermos aquilo que nos parece ser o melhor caminho.”.

4.1.7 Resposta emocional

A análise e interpretação dos dados resultantes das entrevistas, revela que a resposta emocional é uma das dimensões mais complicadas e desafiantes na experiência de transição de carreira desportiva. Como referenciado por Lavalley e Wylleman (2000), na gestão do processo de transição de carreira desportiva, os indivíduos ricos em recursos de *coping* terão tendência a lidar melhor com as situações que os seus pares com menos recursos. As respostas emocionais à transição de carreira desportiva incluem: choque, frustração (envolvendo as circunstâncias que precipitaram o evento de retirada), e luto - sentimento de perda. Este aspecto foi evidenciado em alguns casos como “nostalgia” e “bichinho”, embora, em alguns deles, a frustração e sentimentos de ressentimento estejam bem patentes:

Participante 3 - “De facto não foi uma situação fácil de me conformar, deixei há cerca de 1 ano (como profissional) e acho que ainda não me conformei com essa situação, daí ainda continuar a jogar, embora como amador...”.

Participante 4 - “Mas também passei um bocadinho, senti tristeza, desânimo, é uma revolta com nós próprios, e caímos numa depressão, devido a isso tudo.”.

Participante 5 - “... tirando esses problemas de ansiedade, nervos e depressão, não tenho mais nada, foi tudo planeado, tudo como deve ser, foi tudo correcto. Foi somente o problema de andar nervoso, e não sabia bem porquê, mas era devido ao facto de não fazer nada, ia ver os jogos e enervava-me, sem saber porquê. Curioso é que, quando eu era jogador, não me enervava, e agora ia para a bancada e enervava-me tanto. Houve, inclusive, uma vez que, em Alvalade, tirei a camisa e até tive que sair do campo. Depois deixei de ir. É aquela transição, mas eu não tive culpa, penso que deveria continuar a praticar desporto, nem que fosse só um bocadinho.”.

Participante 8 - “... durante os primeiros 2 anos, ou seja, os primeiros tempos, padecia duma nostalgia muito forte em relação às emoções daquela altura, não havia esta palavra... as adrenalinas; era tudo isso que a competição arrastava: as ansiedades, as angústias que me vinham à cabeça...”.

Participante 6 - “Eu andei 10 anos com o clube de Portugal em que a gente fazia muitos jogos, inclusive íamos para a América, isso dava para matar a saudade e, ainda hoje, há bem pouco tempo, fui fazer um jogo pelas velhas guardas do Porto; um tipo mata um bocadinho as saudades, é lógico que são outros tempos, já não se tem as mesmas forças, é a realidade, mas quando é preciso, quando os meus colegas telefonam eu digo logo que sim, pois matamos sempre saudades.”.

Outro participante demonstrou, no entanto, possuir uma resposta emocional, à transição, que (devido à excelência da sua carreira) nos surpreendeu:

Participante 1 - "... conheço outros companheiros, outros adversários que, depois de acabar, quase nem vêm ao futebol. Eu, desde que acabei, poucos jogos faltei. Pelo menos ao F.C. Porto poucos jogos faltei, à Selecção Nacional faltei alguns, mas, ainda hoje, quando me perguntam, e eu já acabei a carreira há 20 anos, o que sinto ao ver um jogo: a minha resposta é que não sinto tristeza... lá está, cada um tem a sua personalidade e eu entendi terminar a carreira de forma natural. Cada época tem o seu tempo, e eu tive a minha época e o meu tempo...".

Participante 19 - "Eu fui vendo as desventuras/desgraças de outros atletas. Foram exemplos para mim."

4.1.8 Comportamentos resultantes da Transição

Após a tomada de decisão de abandonar o futebol, os participantes revelaram ter necessitado de algum tempo para se adaptarem à nova realidade. A duração média de tempo foi de 12 meses com uma variabilidade de 12 a 18 meses:

Participante 1 - "Precisei de tempo, efectivamente. Precisei de tempo para descansar a cabeça, o corpo, tempo para fazer uma retrospectiva e reflexão e pensar no que iria fazer depois..."

Participante 2 - "Dois meses."

Participante 4 - "... primeiros 6 meses nós estamos a ver o jogo e ainda pensamos que temos capacidade de estar no meio deles e ainda fazer melhor do que aqueles que lá estão, mas isso não era a realidade porque eu também sabia que naquele ano tinha algumas dificuldades, principalmente quando se treina ao alto nível, e se não se treinar bem tem-se muitas dificuldades..."

Participante 5 - "Eu sempre gostei de trabalhar fisicamente, era sempre o primeiro dos treinos, sempre aplicado, sempre gostei de fazer tudo bem feito e com entusiasmo, gostava de jogar à bola, de treinar, dos grandes palcos, estádios, casa cheia, aquela ansiedade, tudo isso me enchia e era isso que, durante esses anos, tínhamos dentro de nós. Isso era aquela grande satisfação, quando se ganhava, tudo muito bem, quando se perdia, era aquela revolta, podíamos ter feito melhor. Isso tudo durante anos, quando pensas que vais ter que deixar, há ali um bocadinho de nostalgia, essas coisas todas de que nos vamos lembrando, mas que, com o tempo, vão desaparecendo. Sente-se a nostalgia, mas temos que estar preparados psicologicamente..."

Participante 7 - "Cerca de um ano, tinha 23 anos e, como deve calcular, não é fácil aceitar uma situação destas, ainda por cima, quando estamos num bom momento de carreira."

Outra tipologia comportamental a destacar são as adaptações que os ex-atletas têm de realizar e que podem resultar em problemas comportamentais:

Participante 3 - "É muito complicado, tudo se altera, depois de tantos anos, e é que dá que pensar: então e agora o que é que vou fazer? A adaptação a uma nova actividade profissional, horários, disponibilidade para a família e claro a questão financeira."

Participante 7 - "Essencialmente mudança de hábitos. Profissionalmente, como deve calcular, foi uma mudança enorme, mas eu gosto de desafios e hoje sou responsável de balcão. É tudo uma questão de mentalidade, espírito sacrifício e ambição. "

Participante 8 - "Tive, numa fase, quando a pressão era grande, quando nós estamos naquela fase ainda de afirmação, alguns excessos que se cometem e até houve um momento da minha vida que eu disse para comigo: o futebol não pode criar um monstro, eu não me revejo em algumas atitudes, ou eu mudo radicalmente ou eu

tenho que ficar por aqui, porque estava a perder aquela noção dos valores, depois acabei por sentir que estava no caminho errado, houve essa inflexão, porque me apercebi de que aquilo não era o que pretendia, felizmente que houve momentos de frieza e de raciocínio.”.

Participante 9 - “...Senti falta às vezes de estar dentro. Eu dou-lhe um exemplo: aqui, neste campo, eu vi jogar o Vitoria de Guimarães contra o Porto. Quer o Porto, quer o Guimarães tinham os campos castigados. Naquele tempo, na Taça de Portugal, os jogos tinham de ser realizados, como as duas equipas estavam castigadas, o jogo teve de ser realizado num campo neutro. Então vim jogar aqui, quando a gente deu por ela, estávamos dentro do balneário, que antigamente ainda se aquecia dentro do balneário. A assistência tinha rebentado com as portas, estava tudo lá para dentro. Sem bilhetes para cobrar, invadiram o estádio, e conseguimos jogar com as pessoas encostadas às linhas, com pessoas de canadianas etc., conseguimos jogar. Foi um pouco essa emoção, essa vida desse tempo, da pressão, do impacto do stress e da ansiedade que se tinha antes de começar os jogos! ... Senti um bocadinho, aquilo que eu gostava tanto e que foi a minha vida toda desde miúdo, aí custou-me bastante, sair daquela ansiedade antes dos jogos, aquela pressão de jogar contra o Benfica, Porto e as rivalidades contra o Braga, Rio Ave e Varzim tudo isso custou-me imenso.”.

Participante 12 - “Do grupo. Saudade do grupo de trabalho, do treino contínuo e da competição.”.

Participante 16 - “Estar ligado ao futebol, jogando pelos veteranos.”.

Participante 17 - “Falta senti, dos rituais associados ao jogo, principalmente dos domingos!”.

Participante 14 - “Foi a falta da competição e de exigência de treino e da vida competitiva.”.

Participante 18 - “Como continuei no futebol e a fazer o que desejava pouco senti nesta transição, mas a falta do cheiro balneário, do convívio constante com os colegas, são aspectos de que se sente falta.”.

Participante 19 - “Precisei muito do conforto familiar e senti, sobretudo, falta do balneário.”.

Participante 20 - “Felizmente fui um privilegiado, porque tive a sorte de continuar ligado ao futebol, e esse cheiro (relva, balneário, gabinete médico, rouparia. etc.) já o sinto há 40 anos.”.

4.1.9 Ajuste Psicossocial

O termo psicossocial é utilizado para realçar os aspectos psicológicos com os quais o comportamento social está envolvido. Numa secção acima descrita, constatou-se verificarem-se perdas significativas, sendo estas perdas identificadas como luto - sentido de perda. Nestas informações, sob o ajuste psicossocial, as categorias seguintes foram as mais recorrentes durante a transição da carreira desportiva, para muitos dos participantes: camaradagem, providenciar para a família e ajustes pessoais.

4.1.9.1 Camaradagem

Quando confrontados com a pergunta “quais foram as experiências/adaptações mais difíceis que teve de enfrentar após a sua retirada do futebol profissional?”, os participantes, sem excepção, concordaram que o impacto de perder o espírito de camaradagem foi o ajuste psicossocial mais difícil que eles tiveram que fazer, aquando do fim da sua carreira desportiva:

Participante 2: “Sentir a falta dos treinos e do ambiente de balneário, e do que se sente quando se está prestes a entrar em campo para jogar.”

Participante 4 - “...todos os dias de manhã, sabíamos que íamos para o treino para estar com os colegas, equiparmo-nos para o treino e os próprios estágios do fim-de-semana e isso custou-me um bocadinho, pois foram 15 anos como profissional...”.

Participante 6 - “Eu andei 10 anos com o clube de Portugal em que a gente fazia muitos jogos, inclusive íamos para a América, isso dava para matar a saudade e ainda hoje, há bem pouco tempo fui fazer um jogo pelas velhas guardas do Porto, um tipo mata um bocadinho as saudades, é lógico que são outros tempos, já não se tem as mesmas forças, é a realidade, mas quando é preciso, quando me telefonam eu digo logo que sim, matamos sempre saudades.”.

4.1.9.2 Providenciar para a Família

Retirar-se do futebol profissional pode às vezes ser uma tarefa extremamente difícil, como os nossos participantes evidenciaram durante as entrevistas. Por esta razão, a maior preocupação após a retirada é a nível económico.

Participante 3 - “A adaptação a uma nova actividade profissional, horários, disponibilidade para a família e claro a questão financeira.”.

Participante 4 - “... em termos monetários, fui, ano a ano, criando alguns fundos para o bem-estar da minha família no sentido de que, um dia, não estivesse preocupado com o ter que jogar mais 4 anos para estabilizar a minha vida económica...”.

Participante 6 - “Quando fui para o F.C. Porto em 1972, porque eu tinha casado em Abril, uma das grandes preocupações era comprar logo a minha casa, e foi isso que fiz, o carro não era tanto prioridade, mas, no futuro, queria ter mais qualquer coisa para ter um futuro assegurado.”.

Participante 10 - “As minhas preocupações com o futuro foram sempre normais, como as de um cidadão comum, sabendo que a carreira de um jogador de futebol é curta, fui investindo algum dinheiro, pois se não o investisse, tê-lo-ia gasto e não teria os negócios.”.

Para a maioria, a preocupação vocacional, especialmente relacionada com o que iriam fazer depois, não se colocou, visto terem os seus negócios, ou terem trabalhos à sua espera dentro das esferas do clube, como identificámos num dos pontos anteriores. Isto também sucedeu pelo facto de, ainda jogadores, terem tendência a querer continuar ligados ao futebol e aproveitarem para “tirar o curso de treinadores”.

4.1.9.3 Ajustes Pessoais

Nos excertos que se seguem iremos revelar os ajustes pessoais mais relevantes que tiveram de efectuar em relação às suas rotinas diárias e semanais, o que, no fim de tudo, é o que também leva a transições muito difíceis.

Participante 1 - “Foi essencialmente o tempo que eu, nos primeiros meses e até um ano, tive livre. Porque nós tínhamos o tempo ocupado e se não fosse o tempo/espço, tínhamos o tempo/psicológico ocupado, e custou-me um bocadinho ocupar esse tempo todo, nos primeiros meses, mas depois, com o tempo, fui conseguindo ocupar com outra actividades e tudo voltou à normalidade. O tempo e as rotinas que eu tinha da vida, isso confesso que custou, mas depois de facto apanhei outro comboio e segui a viagem.”.

Participante 4 - “Se calhar, as adaptações do dia-a-dia que era aquela rotina do treino que todos os dias de manhã, sabíamos que íamos para o treino estar com os colegas, equiparmo-nos nos para o treino, os próprios estágios do fim-de-semana e isso custou-me um bocadinho pois foram 15 anos como profissional, e voltar ao normal custa um bocado mas acabamos por nos adaptar.”.

Participante 7 - “É um choque a vários níveis.”.

Participante 11 - “A função de treinador, ajudou-me a atenuar a frustração de deixar de jogar futebol. Senti falta do convívio, dos estágios, das viagens, dos treinos, do ambiente dos jogos, enfim de uma vida em família.”

4.1.10 Sistemas de Apoio

Como parte integrante das entrevistas, havia o parâmetro relativo a sistemas de apoio. Com excepção de um dos entrevistados, estes foram unânimes em referir a não existência de apoios institucionais aos ex-futebolistas, pelo que a grande maioria referiu como principal suporte à sua transição, a família.

Participante 1 - “A família. A família é sempre o suporte mais importante. E um ou outro amigo com quem falei. Mas acima de tudo a família é sempre a base que nos acompanha ao longo da vida.”.

Participante 2 - “A minha família, o meu treinador e os meus colegas de equipa.”

Participante 3 - “A família e os amigos.”.

Participante 4 - “A família, foi o meu suporte quando deixei de jogar, como tive sempre apoio de amigos.”

Participante 5 - “A minha mulher cuidava do futuro. Tínhamos 2 meninas pequenas, e ela sempre cuidou do futuro, foi ela que teve a ideia de termos um negócio, ainda eu como jogador, que era para o futuro estar assegurado.”.

Participante 6 - “O meu maior apoio foi a minha mulher e as minhas filhas - são formadas, são pessoas que sabem falar e foram elas que me apoiaram.”.

Participante 7 - Apesar de na resposta textual não ter referido a família, colocou os familiares como o apoio mais forte.

Participante 8 - “O papel da mulher é fundamental. Os filhos só aparecem no final da carreira de jogador. Os amigos também, não daqueles que no futebol aparecem muitos ao longo das nossas vidas, alguns com quem nós cimentamos mais raízes e não foram só amigos de ocasião, e que foram importantes para pelo menos, discutirmos, falarmos prestando-nos apoio, nalgumas dificuldades que eventualmente poderiam surgir. Quando passamos por essa fase é a mulher e os amigos.”.

Participante 9 - “Quem me suportou foi a minha mulher e os meus filhos, mas quem suportou mais foi a minha mulher. Passei a fazer coisas diferentes e tive mais tempo para os meus filhos, se bem que, quando terminei a carreira em 84, o meu filho mais velho ainda era um bebé, mas já havia mais tempo para poder ir com ele para qualquer lado. Portanto, voltava a treinar de vez em quando, brincava, corria e fazia outras coisas. Naquela altura, eu já não fazia isso, agora passei a ter mais tempo com os meus filhos. Portanto foi a minha mulher e os meus filhos que suportaram mais essa saída que é um bocado complicada.”.

Participante 10 - “Eu próprio, mas continuo ligado.”.

Participante 12 - “Alguns directores e familiares.”.

Participante 14 - “A família, colegas, treinadores e amigos.”.

Participante 16 - “Como já referi, o Mestre Pedrito.”.

Participante 18 - “Para a preparação ninguém, foi feita por mim. Para a mudança se realizar tive amigos ligados ao futebol que me ajudaram a realizá-la.”.

Participante 19 - “Precisei muito do conforto familiar...”.

Participante 20 - “A primeira pessoa que disse que eu ia dar treinador foi o Sr. José Maria Pedroto e isso deu-me uma grande motivação, depois foram todos os treinadores que eu tive e a minha grande vontade de o ser.”.

4.1.11 Outros apoios

Na tabela abaixo apresentada, podemos observar uma análise quantitativa de quais os apoios que mais ajudaram à transição dos ex-jogadores.

Tabela 3 - Sistema de Apoio à Transição

Sistema de Apoio	Escala Apoio						
	1	2	3	4	5	6	7
Treinador	9			2	4	1	4
Companheiros de equipa	9		2	3	4		2
Familiares		1			1	4	14
Amigos	1		1		3	7	8
Associações	19			1			

Como podemos observar, a disparidade é alguma em 2 parâmetros, sendo esses o treinador e os companheiros de equipa. Estes são vistos como elementos passíveis de fornecer algum suporte e aconselhamento por sete e oito elementos, respectivamente. Nos itens onde é possível observar alguma unanimidade, amigos, familiares e associações, apenas as duas primeiras se apresentam como os maiores sistemas de apoio aos ex-atletas. As associações são consideradas pela quase totalidade dos entrevistados como uma nulidade, no que respeita a servirem de apoio a quem termina a carreira.

4.1.12 Definição de uma Adaptação Positiva à Transição de Carreira Desportiva e Bem-Estar Subjectivo

Podemos caracterizar a transição de carreira desportiva como um processo dinâmico que deveria ter o seu início durante os primeiros anos de carreira (formação) e prosseguir ao longo da carreira profissional de futebol. É um processo que ocorre a um nível multidimensional e envolve a interacção de vários factores: emocionais, psicossociais, comportamentais e cognitivos que afectam o indivíduo e o seu ambiente. Para que se possa experienciar uma transição de carreira desportiva bem-sucedida, estimámos, através das entrevistas realizadas, que o atleta se deve iniciar em actividades de preparação orientadas para desenvolver a atenção, compreensão e estratégias de coping, associadas com a transição de carreira desportiva, antes do final da sua carreira profissional futebolística.

As estratégias concretas sugeridas pelos entrevistados, para mitigar o efeito negativo na transição de carreira desportiva incluem:

- Fazer algum tipo de formação.

- Participar em aconselhamento e análise vocacional (psicólogo do clube).
- Identificar e estabelecer pelo menos uma área de interesse não-desportiva (psicólogo do clube).

Envolver-se em todas estas actividades aumenta as hipóteses de uma transição de carreira desportiva bem-sucedida.

Participante 1 - “Eu penso principalmente dar algum apoio no sentido das oportunidades de formação. Eu penso que fundamentalmente é isso. Depois o apoio financeiro, até porque essa parte tem de ser pontual, porque não existem condições para ser uma constante. Isso será para um ou outro caso em que haja necessidade... O FC Porto tem nas camadas jovens e no futebol profissional um psicólogo. Tem um departamento que se ocupa disso. E julgo que os outros clubes grandes, e não só, também devem ter, não sei. Mas penso que é uma boa solução... O sindicato não tinha grande força na sociedade e hoje tem. E ainda bem e dá uma ajuda, de facto, para aqueles que têm algumas dificuldades.”.

Participante 2 - “Programa de apoio académico (ao nível das novas oportunidades). Programa de apoio para a abertura de novas empresas ou negócios.”.

Participante 3 - “Na minha opinião considero que deveria existir alguém com formação nos clubes que desse todo o apoio no sentido de preparar os profissionais, de alguma forma, para esse real acontecimento, mas considero também que deveriam ser dadas oportunidades (integração/transição) noutras (actividades/áreas relacionadas), neste caso aos profissionais de futebol que alcançassem (x) número de anos enquanto profissionais.”.

Participante 4 - “Se calhar os próprios clubes, deviam ser eles, mas não podem fazer isso a todos, temos que ser nós próprios capazes de lidarmos com esta realidade, e depois é agarrarmo-nos à família, que é o mais importante. Hoje em dia, os jogadores têm os empresários que os devem aconselhar por aquilo que eles irão passar... Acho que era importante para nos aconselhar para a nova vida que vamos entrar, pois estamos completamente no escuro. Muitos deles não sabem o que fazer quando entram numa nova etapa, deveria haver um curso para nos dar apoio, a nós ex jogadores.”.

Participante 5 - “É alguém mesmo dentro dos próprios clubes, hoje há psicólogos, que nós trabalhamos na formação já com psicólogos para formar os jovens num aspecto psicológico para os comportamentos deles dentro e fora dos campos, aproveitamento deles na escola, boa maneira de estar fora do relvado, do jogo e no jogo, nas camadas jovens. Nos seniores não sei se há, agora acho que é no clube que havia de haver preparação, mas hoje não é como antigamente. Hoje já há o sindicato dos jogadores de futebol, não se pode basear um jogador num sindicato, que devia ser mais forte e apoiar precisamente os jogadores que não tiveram sorte, ou não tiveram cabeça para pensar como seria o futuro. Para mim, seria muito importante a presença dum sindicato forte, para dar apoio, não só um apoio monetário, momentâneo, como arranjar um emprego, para um futuro desses indivíduos que não têm nada, que não tiveram sorte.”.

Participante 6 - “Eu acho que até os próprios treinadores. Poderia focar alguns na minha carreira, que eram pessoas que nos aconselhavam. Porque, por exemplo José Maria Pedroto, António Teixeira, etc, foram jogadores e bons jogadores e aconselharam-me nesse aspecto, portanto acho que as pessoas mais indicadas serão os treinadores. Para o final da carreira, na fase terminal, tínhamos outras pessoas, como disse José Maria Pedroto, o professor Hernâni Gonçalves, o professor José Neto, preparadores físicos e psicólogos, ajudaram-nos bastante. Essas pessoas foram as principais para mim, naquilo que hoje sou... Actualmente o pessoal é gente equilibrada, eu acho que não é preciso dizer grande coisa. Agora há 30 ou 40 anos atrás, éramos um bocadinho tapados e aí

as pessoas tinham que nos apoiar, hoje não, hoje a própria carreira abre mais os olhos aos jogadores, isto tudo na minha opinião.”.

Participante 7 - “Instituições que tivessem pessoas com experiência nessa área, ou então pessoas que já tivessem passado, com sucesso, por estas situações de vida.”.

Participante 9 - “Hoje em dia, temos sindicatos, o nosso sindicato foi uma luta terrível para conseguirmos um sindicato sério. Hoje em dia os sindicatos preocupam-se com as novas oportunidades, com os jogadores a acabarem os seus cursos, porque, principalmente aqueles com mais actividades nas selecções, quase não têm tempo se quer para estudar, tanto é que a Federação, há uns anos atrás, colocou o Agostinho Oliveira a apoiar os jogadores quando estavam em estágios, porque eles faziam estágios de meses e depois não tinham acompanhamento em nenhuma aulas e a Federação teve a preocupação de colocar uma pessoa indicada com preparação e com condições académicas para dar o seguimento. Mas penso que os sindicatos agora que tem essas condições para dar o empurrão aos jogadores, àqueles que forem sindicalizados, o empurrão para ajudá-los na vida futura.”.

Participante 10 - “Os próprios atletas e claramente pessoas especializadas nessa vertente, e também os próprios treinadores.”.

Participante 12 - “No próprio clube, deveria haver um departamento de apoio com conhecimentos na área e demais apoios necessários.”.

Participante 14 - “Alguém dentro do próprio clube, sindicato ou liga e federação que ajudasse na transição.”.

Participante 18 - “Psicólogos dentro das equipas.”.

Participante 19 - “Eu sou da opinião que devia haver gente qualificada, a iniciar na formação, para uma preparação para o futebol e extra futebol. É uma lacuna.”.

Participante 20 - “As pessoas com experiência no desporto nas respectivas modalidades, aliadas ao seu passado como homem.”. Este último vai ainda mais longe, afirmando que “o futebol não pode andar ao sabor do empirismo e quem quiser estar ligado a ele tem de estar preparado para as tarefas que deseja desempenhar e isso tem a ver com estudos e intercâmbios entre pessoas e entidades (por exemplo ainda à pouco tempo tirei os Cursos de Direcção Desportiva e Coaching Desportivo), mais do que nunca se exige a experiência e o lado académico.”.

Como podemos depreender dos excertos citados anteriormente, devido à natureza multidimensional da transição de carreira desportiva, é recomendada uma abordagem integrada para intervenções de transição de carreira desportiva. Os ex-atletas apresentam um grau de consciência bastante elevado, podendo nós, por isso, sugerir, em função das preocupações transmitidas por estes, que os jogadores devem ser avisados e aconselhados quanto aos desafios sociais, psicológicos e comportamentais passíveis de serem experienciados durante a sua transição de carreira desportiva da Liga Profissional de Futebol. As questões que precisam ser equacionadas são principalmente:

-Identidade atlética

-Dor física

-Dor emocional

-Perda de amizade, estatuto de celebridade, camaradagem

-Risco de comportamentos negativos, como por exemplo, beber excessivamente, abuso de substâncias

Se estas questões forem trabalhadas com sucesso, os jogadores poderão experienciar uma transição de carreira desportiva com muito sucesso.

Estes resultados obtidos suportam recentes abordagens na área da gestão que requerem e salientam a importância da responsabilidade social dos clubes/SAD como forma de garantir a sustentabilidade do Homem que se encontra por detrás do jogador - estrela que se foi.

Esta área da Responsabilidade Social Corporativa (CSR) que tem atraído considerável interesse no que à gestão diz respeito, a nível do estrangeiro mas que raramente tem sido avaliado e explorado na arena da pesquisa na gestão desportiva, é precisamente o que pretendemos estimular a nível nacional. Segundo Breitbarth e Harris (2008) “ao realizar a avaliação da literatura de marketing, desporto e gestão, este artigo considera o papel da CSR no futebol profissional”... sustentando “que uma percepção e integração do CSR no negócio do futebol apadrinhará a competitividade do jogo e cria valor adicional para os accionistas”... propondo “um modelo conceptual que delineie um papel de agente de futebol tendo em vista a criação de um valor humanitário, cultural, político e de segurança”.

4.2 Grupo Participantes n.º 2

Participante 1 - O indivíduo é um adulto de raça branca de 36 anos. Esteve aprisionado durante 13 anos Durante a sua reclusão, frequentou o ensino, *atelier* de fotografia e a biblioteca. Antes de ser aprisionado, trabalhava como segurança e, neste momento, realiza um estágio profissional. É solteiro.

Resultado de bem-estar subjectivo - 17 **Ligeiramente Insatisfeito**

Participante 2 - É um homem de raça branca com 46 anos de idade. Esteve aprisionado durante 8 anos e 6 meses. Antes de ter sido aprisionado, trabalhava como empresário fabril, função que reassumiu neste momento. Durante a reclusão, realizou um curso profissional. Era divorciado, mas casou durante o seu enclausuramento.

Resultado de bem-estar subjectivo - 32 **Extremamente Satisfeito**

Participante 3 - É um indivíduo de 25 anos e de raça branca. Esteve durante 6 anos na cadeia. Antes da sua estada na cadeia, trabalhava como mecânico, função que reassumiu quando saiu. Durante a reclusão, realizou um curso profissional. Mantém-se solteiro.

Resultado de bem-estar subjectivo - 28 **Bastante Satisfeito**

Participante 4 - É um homem de raça branca de 44 anos. Esteve em reclusão durante 10 anos e não frequentou nenhuma actividade. Antes da sua estada no estabelecimento prisional, trabalhava como vendedor, tendo reatado essa função após a sua saída. É solteiro.

Resultado bem-estar subjectivo - 15 **Insatisfeito**

Participante 5 - É um homem branco de 42 anos. Esteve em reclusão durante 4 anos e 6 meses. Durante a estadia na cadeia, não frequentou nenhuma actividade. Antes de ser preso, era comerciante, actividade reatada após a sua saída. Divorciou-se durante a sua reclusão.

Resultado bem-estar subjectivo - 28 **Bastante Satisfeito**

Participante 6 - É um homem de raça branca, de 34 anos. Esteve em reclusão durante 12 anos e 8 meses. Durante a sua estadia na cadeia, frequentou o desporto e a escola, tendo completado o secundário. Antes de ser preso, trabalhava como electricista, tendo retomado a actividade aquando da sua saída. É solteiro.

Resultado bem-estar subjectivo - 27 **Bastante satisfeito**

Participante 7 - Este ex-recluso é um indivíduo de raça branca de 35 anos. Esteve preso durante 13 anos. Antes de ter entrado na cadeia, trabalhava como segurança e, neste momento, trabalha com empregado de armazém. Concluiu o secundário enquanto esteve no estabelecimento prisional e praticou desporto. Casou-se durante o cumprimento da sua pena.

Resultado bem-estar subjectivo - 14 **Insatisfeito**

Participante 8 - É um indivíduo de raça branca 33 de anos. Passou 2 anos enclausurado. Durante o seu encarceramento não frequentou nenhuma actividade, apesar de efectuar trabalhos no exterior. Antes de ser preso, trabalhava como empregado de armazém., função que retomou após a sua libertação. Está em união de facto.

Resultado bem-estar subjectivo - 15 **Insatisfeito**

Participante 9 - É um homem com 34 anos, de raça branca. Esteve preso durante 10 anos. Durante a sua estadia na cadeia, esteve bastante activo, tendo estudado e praticado desporto (futebol, ginásio e futsal). Após a sua saída, retomou a sua actividade anterior, como segurança. É solteiro.

Resultado bem-estar subjectivo - 13 **Insatisfeito**

Participante 10 - É um homem de 35 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 6 anos. Antes de ser encarcerado realizava várias actividades. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o secundário. Realizou também cursos técnicos de segurança alimentar e segurança e higiene no trabalho. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 22 **Satisfeito**

Participante 11 - É um homem de 47 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 6 anos. Antes de ser preso era feirante. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o ensino preparatório. Praticou futebol e ginásio. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 14 **Insatisfeito**

Participante 12 - É um homem de 39 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 8 anos. Antes de ser encarcerado trabalhava como canalizador, trabalho que retomou após a sua libertação. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o secundário e praticou futebol e ginásio. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 22 **Satisfeito**

Participante 13 - É um homem de 36 anos de idade, de raça branca, que cumpriu uma pena de 10 anos. Antes de ser encarcerado estava desempregado. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o preparatório. Praticou futebol e ginásio. É solteiro.

Resultado bem-estar subjectivo - 14 **Insatisfeito**

Participante 14 - É um homem de 34 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 6 anos. Antes de ser encarcerado estava desempregado. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o secundário e agora frequenta o ensino superior. Praticou futebol, voleibol e ginásio. É solteiro.

Resultado bem-estar subjectivo - 29 **Bastante Satisfeito**

Participante 15 - É um homem de 47 anos de idade, de raça branca, que cumpriu uma sentença de reclusão de 12 anos. Antes de ser encarcerado realizava era mecânico. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o ensino preparatório. Praticou futebol, voleibol e melhorou a sua condição física. Neste momento é empresário. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 24 **Satisfeito**

Participante 16 - É um homem de 49 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 12 anos. Antes de ser encarcerado trabalhava como segurança, actividade que retomou após a sua libertação. Durante a sua reclusão concluiu o secundário e o ensino universitário. Praticou ginásio e futebol. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 15 **Insatisfeito**

Participante 17 - É um homem de 41 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 9 anos. Antes de ser encarcerado trabalhava como segurança. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o secundário. Retomou o trabalho como segurança após a sua libertação. Praticou ginásio e futebol. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 20 **Satisfeito**

Participante 18 - É um homem de 52 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 9 anos. Antes de ser encarcerado trabalhava como vendedor, emprego que retomou quando saiu da cadeia. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o ensino secundário. Praticou ginásio e futebol. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 21 **Satisfeito**

Participante 19 - É um homem de 45 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 12 anos. Antes de ser encarcerado não possuía nenhuma ocupação. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o preparatório. Praticou ginásio, futebol e voleibol. É solteiro.

Resultado bem-estar subjectivo - 14 **Insatisfeito**

Participante 20 - É um homem de 38 anos de idade, de raça branca, que esteve preso durante 10 anos. Antes de ser encarcerado não tinha nenhuma ocupação, situação distinta da actual em que trabalha como pintor de automóveis. Durante a sua reclusão, conseguiu concluir o preparatório. Praticou futebol, voleibol e ginásio. É casado.

Resultado bem-estar subjectivo - 18 **Relativamente insatisfeito**

Na tabela seguinte apresentamos os dados quantificáveis relativos à amostra apresentada anteriormente. Podemos constatar que grande parte do grupo está satisfeita com o nível de bem-estar subjectivo actual.

Tabela 4 - Demográficos, Anos de reclusão e resultado da Escala de Satisfação com a Vida.

Participante	Idade	Raça	Anos de Reclusão	Frequência de Actividades além de Desporto	Bem-estar subjectivo *
1	36	Branca	13	Sim	17
2	46	Branca	8,5	Sim	32
3	25	Branca	6	Sim	28
4	44	Branca	10	Não	15
5	42	Branca	4,5	Não	28
6	34	Branca	12, 7	Sim	27
7	35	Branca	13	Sim	14
8	33	Branca	2	Não	15
9	34	Branca	10	Sim	13
10	35	Branca	6	Sim	22
11	47	Branca	6	Sim	14
12	39	Branca	8	Sim	22
13	36	Branca	10	Sim	14
14	34	Branca	6	Sim	29
15	47	Branca	12	Sim	24
16	49	Branca	12	Sim	15
17	41	Branca	9	Sim	20
18	52	Branca	9	Sim	21
19	45	Branca	12	Sim	14
20	38	Branca	10	Sim	18

* Escala de Satisfação com a Vida varia de 13 - 32. Média = 20.10

No próximo ponto, apresentaremos as revelações mais significativas dos ex-reclusos. As suas percepções são apresentadas sob os seguintes temas:

- 1 - A forma como os ex-reclusos encaravam a vida na cadeia.
- 2 - O que o desporto ajudou na sua preparação para a vida no exterior.
- 3 - Sistemas de apoio para ajudar na transição para a vida activa.
- 4 - Bem-estar subjectivo.

4.2.1 A vida no interior da cadeia

Um dos aspectos que mais curiosidade despertou, quando iniciámos este projecto era saber como se sentiram na realidade os reclusos, ao estarem privados da sua liberdade, assim como, a sua mentalidade perante o exterior e as circunstâncias que os colocaram lá. Nos excertos seguintes, podemos observar que existem algumas discrepâncias em relação aos sentimentos que os envolveram em relação à sua vida no interior da cadeia.

Participante 1 - “Com consciência plena das razões que para lá me conduziram. Como uma luta para recuperar uma vida completa em liberdade.”.

Participante 2 - “De maneira que não tivesse problemas, fazendo o melhor aproveitamento possível ao nível escolar, para, mais tarde, em sociedade, me sentir útil.”.

Participante 3 - “Muito tensa e com grandes desafios.”.

Participante 4 - “Da melhor maneira.”.

Participante 5 - “Com naturalidade, pois estava consciente dos riscos que corria.”.

Participante 6 - “Dura mas gratificante.”.

Participante 7 - “Muito dura, muito má.”.

Participante 8 - “Difícil e privado da liberdade.”.

Participante 9 - “Intranquilidade, revolta e muita tristeza.”.

Participante 10 - “Com ansiedade e revolta no início.”.

Participante 11 - “Inicialmente com medo de tudo o que o que dizia respeito à prisão, mas depois comecei a melhorar a minha condição.”.

Participante 12 - “Com tristeza, amargura e arrependimento do que tinha feito.”.

Participante 13 - “Pessimamente. Um pesadelo.”.

Participante 14 - “No início da pior maneira. Depois comecei a ter objectivos de vida e tornou-se mais fácil passar o tempo da minha reclusão.”.

Participante 15 - “Muito mal.”.

Participante 16 - “Com a convicção que estava a pagar um crime que cometera.”.

Participante 17 - “Muito difícil, pelo menos nos primeiros tempos.”.

Participante 18 - “Uns dias de muita solidão, uns dias de muita tranquilidade.”

Participante 19 - “Muito dura, muito triste e insegura.”.

Participante 20 - “Como tempo de pagar o mal que fizera à sociedade.”.

Algo que podemos concluir a partir das declarações recolhidas é que o sentimento de tristeza era comum a todos, embora a perspectiva que têm perante o seu encarceramento seja distinto. Alguns revelam, pelas suas expressões, que foi uma experiência que pode ter alterado a sua visão da vida ao ponto de a considerarem “gratificante”, e, outros, com “naturalidade”, por saberem que apenas ali foram parar por culpa própria. Isto apesar de, para muitos, a “revolta”, a “ansiedade”, a dureza e o ambiente de tensão da sua experiência se sobreporem ao resto das circunstâncias que direccionaram a sua vida para a reclusão forçada e privados “da liberdade”.

Uma perspectiva que sobressaiu foi a do participante 16, ao afirmar que tinha “a convicção que estava a pagar por um crime que cometera”, o que indicia a consciência total de que apenas foi privado da sua liberdade apenas pelas suas acções e tomadas de decisão erradas. Esta constatação ou tomada de consciência é posteriormente corroborada pelo participante 20, quando afirma que encarava este tempo como a altura “de pagar o mal” que fizera “à sociedade”, o que revela uma auto-consciência e nota de culpa pelos actos levados a cabo por este.

4.2.2 O papel do desporto na preparação para a reinserção

Foi perante esta envolvência que subjugava a sua essência, que a prática desportiva surgiu como uma forma de cada um (à excepção de um que não praticou desporto) se sentir “mais livre” quando jogava. Esta satisfação e breve sensação de liberdade, veio realmente ajudar os ex-reclusos a sobreviver dentro do estabelecimento prisional. Não só pela pura alegria de jogar, mas pelas suas regras e pelas possibilidades de saída para o exterior para uma socialização e convívio que os fazia sentir livres e permitia respirar ar puro, ainda que apenas por umas breves horas.

Participante 1 - “Era uma referência que mantinha em comum com alguns amigos do exterior... O desporto, tal como a sociedade, possuem regras que normalizam e possibilitam a sua prática... São momentos que possibilitam bastante descompressão... Estes jogos são encarados como um desafio maior; alguns jogadores/reclusos destacavam-se como estratégias de conseguir “vantagens” e alguma ajuda para manter laços com o exterior... era encarada como se fosse um grande prémio.”

Participante 2 - “Era a maneira de nos conhecermos melhor e criarmos mais amizade... Deixar de pensar um pouco que estávamos presos, maior capacidade de descontração... Maior capacidade para abstracção do ambiente e ocupação do tempo... Comunicar com as pessoas sem qualquer tipo de discriminação... Sentir-nos mais em liberdade.”

Participante 3 - “Na medida em que vários tipos de pessoas se relacionam com um clima saudável... As actividades desportivas lembram as regras de conduta e o necessário respeito pelo próximo... Integração entre os reclusos... O contacto com outras pessoas só se tornava possível nestas situações. Reviver momentos passados... Preparar-se para a liberdade.”

Participante 4 - “A transição das regras desportivas para a vida... O desporto tem regras e o resto também... Passar o tempo da melhor maneira. Maior qualidade de vida na cadeia... A socialização... A saída para o exterior (preparar a liberdade) e a socialização.”

Participante 5 - “A transição das regras desportivas para a vida... A respeitar toda a gente e nas minhas relações... Convívio e conhecimento e ajudar a aliviar o stress... Convívio e o contacto com as pessoas... Nunca experimentei, mas é uma boa ideia.”

Participante 6 - “O desporto como meio de socialização... O respeito pelo próximo... Interação com reclusos que nem sempre se encontram... A confraternização e um certo elo de liberdade... Provar a doce liberdade, nem que seja por uns momentos.”

Participante 7 - “Era muito importante. Para mim revelou-se fundamental. A socialização é fundamental... Quem respeita as regras do jogo tem mais facilidade e transpô-las para a vida diária e em sociedade... É muito importante porque durante o jogo não nos sentimos como se estivéssemos presos, passando melhor o tempo e sentindo-nos bem fisicamente... É um convívio salutar, muito importante para a nossa auto-estima... Muito importante. É uma grande escola para a nossa reinserção. O espírito destas iniciativas é totalmente diferente. Traz-nos mais responsabilidade. Muito importante.”

Participante 8 - “Não praticava desporto... Não sei porque não praticava desporto... Significava trabalho de equipa... Auto-estima e rivalidade... Saber como conviver e gerir rivalidades.”

Participante 9 - “Sentia-me mais livre quando jogávamos... Uma forma de respeitar para não ser expulso do jogo... Fazer equipas e ganhar para ser mais respeitado... Eram visitas sempre vistas com muita alegria. As pessoas que vinham gostavam de nós... O facto de sair para fora da cadeia, sentir-me mais livre e melhor comida, boas relações com a sociedade.”

Participante 10 - “Relação com os outros... De uma forma natural e para poder jogar é preciso cumprir regras... Passar melhor o tempo e estar bem física e psicologicamente... O convívio provocado pela prática desportiva... Sentimento de confiança e liberdade.”

Como se pode constatar pelos excertos acima apresentados, a visão sobre o papel do desporto na sua vida na cadeia pode possibilitar a “integração entre os reclusos”, assim como as implicações do mesmo na sua entrada na vida activa. Este aspecto está bem patente quando falam da transposição “das regras desportivas para a

vida” e de ser “uma grande escola para a ... reinserção”, até porque “quem respeita as regras do jogo tem mais facilidade e transpô-las para a vida diária e em sociedade”. Outro ponto muito focado é o de o desporto funcionar como um escape para o stress, algo bem demonstrativo quando se referem aos jogos como momentos que possibilitam “bastante descompressão... abstracção do ambiente e ocupação do tempo”. Em relação aos convívios com pessoas do exterior, tanto na cadeia, como no exterior, os ex-reclusos revelaram que eram situações que lhes proporcionava a possibilidade de “comunicar com as pessoas sem qualquer tipo de discriminação”, assim como sentirem-se “mais em liberdade” ou “provar a doce liberdade, nem que seja por uns momentos”, servindo para se prepararem para “a socialização”, por lhes trazer “mais responsabilidade”. Tudo isto era visto como um tónico “muito importante para a nossa auto-estima”.

Participante 11 - “Ao obedecer às regras do jogo foi-me mais fácil obedecer às regras da prisão e de convívio com os outros reclusos.”.

Participante 12 - “Foi através do desporto que consegui ultrapassar o desânimo, tornando-se mais fácil conviver com os colegas.”.

Participante 13 - “Encontrei no desporto, um escape para os meus medos e solidão dentro da cadeia e aprendi a transferir as regras do jogo, para as regras da vida.”.

Participante 14 - “As regras do jogo ajudavam a compreender melhor as regras que tínhamos de cumprir em relação aos colegas, aos profissionais e à sociedade.”.

Participante 15 - “Se não obedecesse, era castigado, não jogando, o que me levou a ganhar bons hábitos.”.

Participante 16 - “Serviu como um grito para a liberdade, de agir e pensar sem nunca ultrapassar as regras de boa conduta.”.

Participante 17 - “Muito importante, porque nos ajudou a conhecermo-nos melhor a nós próprios.”.

Participante 18 - “Dava-nos alento para ter uma melhor saúde, higiene e boa relação entre todos os camaradas presos... Foi uma das melhores maneiras de perceber as leis da vida.”.

Participante 19 - “Neste aspecto era das únicas situações que nos permitia ser mais expansivos e alegres... As regras de conduta, todas elas estavam nas nossas obrigações. Quem não as cumpria ficava de fora.”.

Participante 20 - “Era o melhor que me podia acontecer dentro da cadeia, pelas relações humanas e a melhoria da minha preparação física... Quem não aceitasse o que estava referido nas regras não podia jogar e era afastado do grupo.”.

É de realçar a importância atribuída pelos participantes ao transfer efectuado, das regras do jogo para as regras da vida, sendo esta a perspectiva mais enunciada pelos reclusos, reforçando ainda mais o papel desempenhado pelo desporto na reabilitação e integração dos ex-reclusos na sociedade.

Visto que o papel desempenhado pelo desporto assumia tão grande importância, tornou-se relevante saber qual seria a perspectiva de continuidade da sua prática após a sua libertação.

Participante 1 - “Sim. Manutenção física e motivos são a saúde, prazer e estilo de vida... Ser saudável e activo já é um bom contributo. O desporto também se relaciona com a auto-estima do indivíduo.”.

Participante 2 - “Penso que sim, caminhadas e corridas para me poder sentir bem fisicamente... No aspecto físico e mental.”.

Participante 3 - “Sim. Actividades de ginásio e futebol... A maior consistência física e mental.”.

Participante 4 - “Sim. Desporto ligado à natureza... Capacitar-me ao nível físico e mental.”.

Participante 5 - “Futebol, porque é um desporto que gosto... Alívio do stress e convívio.”.

Participante 6 - “Sim, porque o culturismo é bom para a saúde... Maior resistência física e mental.”.

Participante 7 - “Sim, sempre. Ginásio e futebol... Contribuiu muito. Posso afirmar que para mim foi o melhor que me poderia ter acontecido.”.

Participante 8 - “Não... Para mim em nada.”.

Participante 9 - “Claro. Nunca mais deixarei de praticar desporto. Futebol e futsal, porque faz bem à saúde e aumenta o companheirismo... Melhor saúde, melhor compreensão das regras e maior disciplina.”.

Participante 10 - “Sim. Desporto de manutenção... Tornando-me mais activo e responsável.”.

Participante 11 - “Sim, para continuar a ter uma boa saúde física e mental.”.

Participante 12 - “Sim, gostaria de continuar a jogar futebol porque foi através do desporto que eu consegui encarar melhor o tempo de reclusão.”.

Participante 13 - “Sim, ganhei gosto pelo desporto e tenciono praticar sempre.”.

Participante 14 - “Sim, pretendo continuar a praticar desporto sempre que possível.”.

Participante 15 - “Sim. Futebol e condição física.”.

Participante 16 - “Sim. Na base da manutenção física, de obter uma boa saúde e estilo de vida.”.

Participante 17 - “Sempre a continuar a prática e em especial o futebol.”.

Participante 18 - “Sim, todas as actividades que fazia lá dentro. Futebol e ginásio.”.

Participante 19 - “Nunca mais deixarei de fazer a minha prática desportiva. Será o futebol e o voleibol.”.

Participante 20 - “É claro que sim. Já saí e vou três vezes por semana ter com uma equipa de amadores e treinar com eles.”.

Para a grande maioria (excepção feita ao participante 8 que não praticou desporto) o desporto irá manter-se como uma rotina das suas (sob as mais variadas formas como futebol, culturismo, ginásio ou mesmo algo ligado à natureza) “novas” vidas. Algo que só é considerado assim por ter contribuído, em muito, para a sua reabilitação, por permitir uma “maior resistência física e mental” ou, por outras palavras, que melhor se capacitem, a “nível físico e mental”, e por lhes ter dado “melhor saúde, melhor compreensão das regras e maior disciplina”. Há, no entanto, uma afirmação que salienta a epítome que a prática desportiva significou para a vida da esmagadora maioria destes ex-reclusos, quando um deles revela que “foi o melhor que me poderia ter acontecido.”. É de evidenciar o facto de alguns participantes, demonstrarem como é importante sentirem-se parte de um grupo, o que é bem salientado pelo participante 20 quando diz que se juntou a uma equipa de amadores para prosseguir a prática desportiva.

4.2.3 Sistemas de apoio para ajudar na transição para a vida activa

A transição do ex-recluso para a vida activa é um facto marcante na sua existência, sendo que, devido aos valores instituídos na sociedade, esta poderá revelar-se extremamente difícil. Sendo a sociedade portuguesa muito tradicional, a reabilitação dos ex-reclusos ainda não é vista como verdadeira.

Participante 1 - “Obviamente a família e os amigos; seria muito bom também poder contar com apoio institucional, principalmente ao nível da inserção ao nível do mercado de trabalho... A prática desportiva sempre contribuiu para a manutenção de um auto-conceito positivo, logo reforçando a auto-estima, fazendo-me sentir fisicamente em forma e influenciando o meu humor... Conseguir estabilidade na vida pessoal e familiar e fundamentalmente obter um emprego.”.

Participante 2 - “A família, principalmente a esposa e os filhos... O trabalho... Sabermos lidar bem uns com os outros... O aspecto laboral e os olhares de desconfiança da sociedade.”.

Participante 3 - “A família, amigos e colegas... amigos, familiares... Insegurança pessoal e dúvidas em relação ao meu comportamento.”.

Participante 4 - “As regras da sociedade... amigos, familiares... Receio da vida no exterior, de não me adaptar, ser discriminado e suportar todos os rótulos que nos colocam.”.

Participante 5 - “Família, amigos e convívio... amigos, familiares... motivação, auto-estima... Vontade própria... O desporto dentro do estabelecimento prisional ou no exterior é sempre importante... Reinserção social.”.

Participante 6 - “Família, amigos e colegas de trabalho... amigos, familiares... motivação, auto-estima... Na saúde física e mental... Dificuldade em reinserir-me na sociedade.”.

Participante 7 - “Família e verdadeiros amigos. A nossa sociedade é muito preconceituosa com os ex-reclusos... amigos, familiares... motivação, auto-estima... As duas são essenciais. O desporto em geral tem sempre um papel primordial na nossa vida... A forma como seria recebido em sociedade.”.

Participante 8 - “Companheira, filhos, mãe e irmã... amigos, familiares... Se conseguiria arranjar trabalho e se esse trabalho daria para sustentar e dar educação aos meus filhos.”.

Participante 9 - “Os amigos e a família... amigos, familiares... Às vezes o medo de enfrentar os amigos e, ao não ter emprego, voltar a cometer crimes para sobreviver.”.

Participante 10 - “Os meus filhos, amigos... amigos, familiares... motivação, auto-estima... Mais auto-confiantes... Medo de voltar a cometer erros graves e voltar à cadeia.”.

Participante 11 - “Família e os meus amigos.”.

Participante 12 - “A família e os amigos.”.

Participante 13 - “Família.”.

Participante 14 - “A família e alguns amigos.”.

Participante 15 - “Pais e amigos.”.

Participante 16 - “Seria excelente poder contar com apoio institucional para ser mais fácil a inserção no mercado de trabalho.”.

Participante 17 - “Havia de existir um núcleo de apoio para nos acompanhar nesta transição.”.

Participante 18 - “Deveria de haver um grupo preparado para nos acompanhar e aconselhar...”.

Participante 19 - “O governo ou o ministério da justiça deveria ter um departamento preparado e especializado para acompanhar os reclusos no processo de reinserção social.”.

Participante 20 - “Deveria haver um organismo especialmente criado para acompanhar os reclusos a todos os níveis na sua reinserção.”.

Se há algo que podemos realmente extrair destes excertos é a forma como a família e amigos (“verdadeiros amigos”) se revelam importantes nesta fase da vida dos ex-reclusos. Todos, sem exceção, apresentam alguns receios relativamente a este novo estágio vivencial, sendo que o medo transmitido pelos participantes 9 e 10, acabam por se revelar bastante demonstrativos do sentimento de insegurança que se pode apoderar deles quando transpõem, finalmente, os portões da cadeia. Eles falam do “medo de voltar a cometer erros graves e voltar à cadeia” ou de “ao não ter emprego, voltar a cometer crimes para sobreviver”. O participante 3 foca bem o que sentiu ao abordar a sua “insegurança pessoal e dúvidas em relação ao” seu “comportamento” no exterior, devido a todas as tentações e pressões (relativas à reinserção) que não existiam no interior do

estabelecimento prisional. Outra preocupação primordial, especialmente para os que tinham filhos, era “arranjar trabalho e se esse trabalho daria para sustentar e dar educação” aos seus “filhos”. Mas a principal preocupação era a antecipação dos “olhares de desconfiança da sociedade”, que guiava o medo “da vida no exterior” e de discriminação, para além de “suportar todos os rótulos” que lhes são colocados, exponenciando a “dificuldade em” reinserirem-se “na sociedade”. É de salientar também a referência à necessidade da criação de organismos especializados no acompanhamento dos ex-reclusos, nos primeiros tempos da reinserção social, para servir de apoio a estes. Situação referenciada pelos participantes 16, 17, 18, 19 e 20. Esta última referência por parte dos participantes vai de encontro a algo que se pode considerar uma lacuna no sistema prisional português, uma vez que após a sua libertação, os esforços para a reintegração social dos ex-reclusos parecem extinguir-se.

4.2.4 Bem-estar subjectivo

A exemplo dos ex-atletas, os ex-reclusos apresentam um grau de consciência bastante elevado em relação ao que esperar do primeiro contacto com a vida no exterior ao nível da reinserção e obtenção de trabalho, realçando que gostariam de um apoio institucional nesse sentido. Podemos assim, sugerir, em função das suas preocupações, que seja criada uma organização que sirva de apoio aos ex-reclusos, tanto ao nível de aconselhamento (também a nível psicológico para aprenderem a lidar com as emoções da reinserção), como na possibilidade de frequentar formações, ou arranjar o 1º emprego após a sua libertação. Assim as questões que precisam ser consideradas são:

-Identidade pessoal

-Dor emocional

-Estatuto de ex-recluso

-Risco de comportamentos negativos, como por exemplo beber excessivamente, abuso de substâncias

Se estas questões forem trabalhadas com sucesso, os ex-reclusos poderão experienciar uma transição da reclusão para a reinserção na vida activa.

4.3 Grupo Participantes n.º 3

Este grupo de controlo é constituído por 20 indivíduos, dos quais não foram retirados dados biográficos, por servirem apenas de barómetro aos dois outros grupos. Os elementos que o constituem, são pessoas que praticaram desporto de uma forma amadora e de manutenção, sem nunca terem sido profissionais. Procurou-se, assim, perceber, em relação aos diversos parâmetros, a realidade dos mesmos no que se refere às emoções e sentimentos demonstrados pelos outros grupos em estudo. Os dados recolhidos permitem, por isso, comparar as sensações de perda destes com as dos outros dois grupos.

4.3.1 Circunstâncias Relacionadas com a Transição de Intensidade Prática Desportiva

Participante 1 - “Deixei de praticar actividade desportiva aos 23 anos, após ter praticado durante 12 anos. Isso verificou-se após uma operação ao joelho a fim de se solucionar uma ruptura do ligamento cruzado anterior ao joelho direito... Demorou uns meses até haver uma real conformação dos factos / realidade... Não pensei muito nisso, apenas que tinha deixado de fazer uma coisa que gostava bastante... Sempre tive preocupações com a minha qualidade de vida. Para além de fazer exercício físico regularmente - 4/5 dias por semana tive sempre hábitos de vida saudável - sem álcool, tabaco...”.

Participante 2 - “Por falta de tempo para conciliar a actividade com a faculdade... Cerca de um ano... Sem dúvida a minha forma física (porque sempre fiz desporto) e a minha qualidade de vida, já que o desporto sempre me ajudou a sentir-me melhor quer fisicamente como psicologicamente... A prática de desporto sempre foi um prazer, por isso, penso que, de forma inconsciente, essas preocupações estiveram presentes. Embora reflecta mais sobre elas neste momento em que não pratico qualquer desporto.”.

Participante 3 - “Incapacidade física. Devido a uma lesão na coluna... Imediata, uma vez que a saúde vem sempre em primeiro lugar... Recuperar rapidamente para poder desenvolver uma actividade profissional sem limitações... É algo que está no meu pensamento constantemente.”.

Participante 4 - “Entrada na vida profissional. Limitado pelo emprego... Sensivelmente 6 meses... Sem qualquer preocupação no imediato... A qualidade de vida foi o que me levou a praticar desporto regular.”.

Participante 5 - “Por motivos profissionais, devido à falta de tempo... Aproximadamente um ano... Implicações no estado de saúde... Não considerei essa perspectiva, uma vez que foi por imperativos laborais que deixei a prática desportiva.”.

Participante 6 - “Por más condições profissionais e devido à falta de tempo... Não me recordo concretamente, mas ainda foram uns anos... Passar o tempo sem jogar futebol... Na altura não era uma preocupação.”.

Participante 7 - “Por questões profissionais. Dificuldade em gerir a vida profissional, pessoal e familiar... Até hoje... Quando e como poderia voltar a praticar. Aumento de peso e mau humor... Não me recordo.”.

Participante 8 - “Entrada na faculdade e início da actividade profissional... Rapidamente... A maior de todas seria mesmo engordar... Sempre presentes.”.

Participante 9 - “Entrada para a faculdade... Seis meses... Perder o gozo que me dava a actividade desportiva... Nada.”.

Participante 10 - “Doença de familiar... Nenhum. Foi forçado... A preocupação número um foi o aumento de peso... As preocupações com a alimentação estiveram mais presentes.”.

Participante 11 - “Não arranjar um clube para jogar federado... Ainda demorou algum tempo. Um ano... A saúde e a qualidade de vida... Sempre presentes.”.

Participante 12 - “Devido à minha actividade profissional e também à faculdade... Ainda não me consegui conformar... Arranjar alternativas para praticar desporto... Foram importantes de maneira a melhora o meu rendimento desportivo.”.

Participante 13 - “De forma muito natural - já não conseguia dar respostas físicas e técnicas... Conformei-me naturalmente, sem problemas... A minha preocupação foi manter a prática regular de exercício, para manter o equilíbrio entre a minha saúde e bem-estar.”.

Participante 14 - “Devido a grave lesão e uma má recuperação... Bastante, porque quando voltava a treinar, tornava a lesionar-me. Andei nisto um ano e meio... Arranjar uma ocupação para poder dar outro tipo de vida à minha família.”.

Participante 15 - “Nunca abandonei a actividade desportiva. Foi interrompida durante um certo período, mas retomada como manutenção... Foi uma decisão gradual, sem ser pensada, tanto que mais tarde retomei... A saúde, a qualidade de vida e a forma física.”.

Participante 16 - “Nunca deixei de treinar com os amigos, apesar de não competir... Continuo a ir a todos os treinos, nunca conseguiria estar sem os meus colegas de equipa, são como uma família para mim... Nem pensei nisto.”.

Participante 17 - “Devido a intervenção cirúrgica... Não me conformei e por isso continuo a praticar exercício, embora com mais cuidado... Problemas com a possível obesidade e alguns sentimentos de isolamento.”.

Participante 18 - “Por não ter mais capacidades de jogar ao nível de exigência competitiva... Foi no decorrer da época que comecei a sentir falta das forças para respostas mais exigentes... Tirara o curso de treinador.”.

Participante 19 - “Por motivos de lesões graves que impediram a continuação da prática... Fiz várias tentativas, mas não foi possível por recaída das lesões... Preocupação com o futuro profissional e de sustento da família.”.

Participante 20 - “A idade e a incapacidade de reagir e corresponder às exigências... Nunca me conformei em parar totalmente - continuo apenas com a de manutenção... Nunca parar de praticar desporto na totalidade, pois é como morrer aos bocadinhos.”.

Pelo que se pode retirar das declarações dos participantes relativamente a este tema, evidencia-se, de forma muito clara, a frustração, tristeza e dificuldade em superar o abandono ou abrandamento da prática. Nota-se especialmente quando, em resposta ao tempo que demoraram a conformar-se com a decisão de deixarem a prática desportiva, surgem respostas como “até hoje” ou “ainda não me consegui conformar”. Os únicos que revelam ter sido quase imediata a sua conformação com o facto fora os participantes que o fizeram por motivos de saúde. Isto demonstra bem a importância do papel que a prática desportiva assumiu nas vidas destas pessoas, assim como o profundo elo emocional criado. A força desta ligação fica reforçada, quando, em resposta às principais preocupações após a sua decisão, o participante 12 declara que estas foram tentar “arranjar alternativas para praticar desporto” ou o participante 7 ao referir que a sua era “quando e como poderia voltar a praticar”. Outras preocupações muito destacadas pelos intervenientes neste grupo foram: aspecto relacionados com o “engordar”, “o aumento de peso”, “implicações no estado de saúde” e “a saúde e a qualidade de vida”. Algo que podemos ainda referir é a notória “frieza” com que este grupo racionalizar a sua

saída da actividade regular, embora a grande maioria nunca tenha, realmente, deixado por completo a prática desportiva, com o participante 20 a evidenciar muito explicitamente o sentimento geral, “nunca para de praticar desporto na totalidade, pois é como morrer aos bocadinhos.”.

4.3.2 Factores Psicossociais Relacionados com a Transição de Intensidade Prática Desportiva

Participante 1 - “Não tive carreira profissional, mas sim amadora... Não me preocupei com problemáticas dessa índole... Mesmo praticando actividade desportiva, sempre praticava outros desportos - aulas educação física e, após ter entrado na faculdade, essa situação manteve-se, ou seja, praticava futebol e, no decurso da faculdade, exercitava outros desportos... A principal situação prendeu-se essencialmente com o bem-estar que sempre tive durante os vários anos aquando da prática do exercício, bem como das horas que se seguem, algo que relaxa a mente e sempre me motivava para o resto do dia-a-dia.”.

Participante 2 - “Ajudaram bastante na medida em que deixei a prática desportiva para conseguir licenciar-me na área que sempre quis... Foi uma decisão ponderada e gradual, por isso não sei quantificar, alguns meses talvez... Estudante no 3º ciclo e membro de uma associação colectiva... Foi muito difícil deixar a equipa onde jogava, pela camaradagem, assim como a modalidade que praticava. Outra das adaptações difíceis foi o facto de deixar de fazer desporto, pois resenti algumas consequências a nível físico.”.

Participante 3 - “Tudo ocorreu muito repentinamente e forçosamente, mas tal como eu já disse, a saúde está em primeiro lugar... Sempre no meu pensamento, por ser algo que tenho de ter cuidado para não sofrer uma recaída... Além do futebol federado, praticava natação e voleibol no desporto escolar... O tratamento à minha lesão e os cuidados subsequentes.”.

Participante 4 - “Com a falta de tempo e as responsabilidades acrescidas, houve necessidade de parar com a prática desportiva... Pouco tempo... Somente a prática do futebol... Com a paragem forçada da actividade física, comecei a fumar para evitar o excesso de peso. Perda de resistência na corrida.”.

Participante 5 - “A meu ver, de nenhuma maneira... A tomada de decisão foi gradual, logo não me é possível quantificar em termos temporais... Só profissionais... Influência negativa na condição psicológica.”.

Participante 6 - “A meu ver, de nenhuma maneira... Não consigo determinar... Trabalhar por conta de outrem como carpinteiro e marceneiro... Não me recordo de nenhuma em particular.”.

Participante 7 - “Com a prática regular as perspectivas e as atitudes melhoram... Sempre... Estudava... Mau humor e fragilidade.”.

Participante 8 - “Ajudaram a conformar-me... Pouco... Estudava... Perda de rendimento físico.”.

Participante 9 - “Não influenciaram... Nenhum... Rádio e teatro... Falta do convívio.”.

Participante 10 - “Não influenciaram... Nenhum... Estudava... Nenhuma.”.

Participante 11 - “Muito pouco, em virtude de não ter dependido de mim... Pouco devido à integração no mundo laboral... Empregado de armazém e pai... Declínio da minha condição física.”.

Participante 12 - “Devido à minha situação financeira... Bastante. Foi uma decisão complicada de tomar... Faculdade e trabalho... Aumento do stress e da tensão.”.

Participante 13 - “Adaptei-me facilmente, pois tive ajuda de algumas pessoas mais próximas e já tinha um trabalho em part-time... Foi tudo adequado à medida do tempo... Part-time, como vendedor de automóveis... Continuei a treinar com amigos três vezes por semana, embora custasse um pouco a falta de competição.”.

Participante 14 - “Tive bastante dificuldade de adaptação ao emprego, pois não tinha formação para tal... Continuei a praticar, mas em áreas distintas, corrida e natação... Só fazia prática desportiva federada... Como referi a inexperiência e desconhecimento do trabalho que não no desporto.”.

Participante 15 - “A necessidade de orientar a vida profissional fora de futebol - melhorar o estilo de vida... Quando a carreira começou a entrar em declínio... Na minha actividade profissional praticando o desporto como manutenção e lazer e tinha a actividade como part-time de vendedor... Cansaço, obesidade e má forma física.”.

Participante 16 - “Ter um trabalho já garantido... Tenho uma empresa familiar e por isso tenho o tempo mais disponível... Só o facto de não poder competir, mas ajudo os meus companheiros na preparação de viagens, jogos e refeições.”.

Participante 17 - “O que me fez decidir pela saída foi não ter o tempo de repouso ideal... Muito tempo que demorou a processar a ideia de retirada... Fazia part-time como condutor de uma empresa industrial... Abandonar a prática do meu desporto.”.

Participante 18 - “Sempre soube que a minha vida estaria ligada ao desporto, futebol neste caso... Foi no decorrer de uma época que me decidi a seguir outra via, tirando o curso... Dava apoio nas camadas jovens e nos transportes do clube... Muitas experiências para a carreira de treinador.”.

Participante 19 - “Como disse, a grande dificuldade de saber se ficaria impossibilitado de poder praticar desporto, deixaram-me muito desmotivado e descrente na vida... A solidão e o pesar que se apoderou de mim após saber que estaria fora das minhas possibilidades, praticar o desporto... Continuei a dar apoio nas camadas jovens do clube... Foi não ter formação paralela para seguir uma carreira que não de futebolista.”.

Participante 20 - “Nunca deixar de praticar para poder manter-me e acima de tudo sentir-me saudável... Todos os dias pensava nisso... Era vendedor de móveis em part-time... Como nunca deixei de jogar com os meus amigos, não me custou tanto.”.

Neste parâmetro procurou-se determinar as adaptações mais complicadas e problemáticas que foi necessário efectuar pelos participantes. Foi praticamente comum a todos a ideia de uma quebra de rendimento (“declínio da minha condição física”, “perda de resistência na corrida” e “algumas consequências a nível físico”), assim como alterações ao nível psicológico e humoral (“aumento do stress e da tensão”, “mau humor e fragilidade”, “influência negativa na condição psicológica” e a perda do “bem-estar que sempre tive durante os vários anos aquando da prática do exercício”). Uma situação que se detectou muito neste grupo foi a acumulação de funções com outras actividades (algo expectável a todos os níveis, pela prática quase recreativa a que estavam habituados assim como pela ausência de rendimentos de qualquer ordem provenientes da prática desportiva), acima de tudo profissionais ou estudiantis e em alguns casos ambas, tendo sido até esta acumulação de funções, nalguns casos em conjunto com aspectos financeiros, a determinarem a saída da prática desportiva. Alguns ainda mencionaram a “falta de tempo”, que era resultante da situação atrás referenciada.

4.3.3 Qualidade de Transição de Intensidade de Prática Desportiva

Participante 1 - “Não... O facto de ter tido sempre hábitos de vida saudáveis ajudou a que enquanto praticasse desporto mantivesse um nível de intensidade que eu pretendia... Não.”.

Participante 2 - “Não... O facto de ter entrado no mundo universitário ajudou-me imenso, pois mantinha-me bastante ocupado... A maior perturbação que senti foi o stress, pois notei que estava mais predisposto a estados de irritabilidade do que anteriormente, mas não procurei qualquer ajuda.”.

Participante 3 - “Nenhum que me lembre... A entrada na faculdade... Nenhuma, a não ser as limitações inerentes à lesão sofrida.”.

Participante 4 - “O tabaco... Respeito pelo cumprimento de horários, companheirismo e cuidados na alimentação... O aumento de peso.”.

Participante 5 - “Irritabilidade... Nenhum... Irritava-me mais facilmente e não procurei.”.

Participante 6 - “Nenhum... Nenhum... Não.”.

Participante 7 - “Frustração... Nenhum... Preocupei-me em arranjar maneira de conseguir retornar à prática regular desportiva.”.

Participante 8 - “Fumar... Concentração e método... Não, nenhuma.”.

Participante 9 - “Sim. O tabaco... Nenhum em particular... Não, nenhuma.”.

Participante 10 - “Nenhum... Nenhum em particular... Não.”.

Participante 11 - “Ansiedade... A minha vida familiar, ser pai... Sim. Procurei um psiquiatra para me ajudar com a ansiedade.”.

Participante 12 - “Fumar... A minha família e o apoio que me deram... Não. Felizmente nunca.”.

Participante 13 - “O facto de já não participar em competições, por vezes fazia-me sair do estádio quando estava a assistir a uma jogo, por sentir a falta da competição... As pessoas conheciam-me e tratavam-me bem e por isso o aspecto social foi fundamental... A separação da competição custou um pouco.”.

Participante 14 - “Fiquei muito tenso, preocupado, com muito stress e agressivo nas minhas relações sociais... A corrida e a natação ajudaram a suportar a dor de separação da prática federada.”.

Participante 15 - “Foi a tentativa de criar novos hábitos de vida e estar longe dos amigos... Razões de ordem económica... Não.”.

Participante 16 - “Como referi a prática do desporto faz parte da vida por tudo o que nos dá de alegria, companheirismo e saúde... As regras de condutas que apreendi... O nosso grupo ajuda sempre quem precisa.”.

Participante 17 - “A má recuperação da lesão... Já não conseguia dar resposta física às exigências da modalidade... Ficar desligado da equipa foi muito triste.”.

Participante 18 - “Não... A prática da modalidade e o prazer que retirava de cada momento passado, fosse em treino ou em jogo... Não.”.

Participante 19 - “Fiquei muito só na resolução futuro... Só a persistência e a dor na recuperação é que me deram a força para continuar em frente... Isolamento e pensamentos de emigração.”.

Participante 20 - “Algumas lesões implicaram que deixasse a competição e optasse por desportos com menos contacto... Maior disponibilidade em termos de trabalho, maior segurança de futuro... Sempre me aconselhei com a família.”.

Ao nível da qualidade da transição de intensidade da prática desportiva, foi possível percepcionar a revelação, por parte da maioria dos membros deste grupo, de comportamentos negativos resultantes da diminuição ou abandono da prática desportiva. O comportamento mais enunciado foi o começo de um hábito/acto muito

pernicioso para a saúde, como o tabaco, acompanhado, em alguns dos casos, de frustração e/ou ansiedade, com um dos participantes (nº 11) a referir que teve de recorrer a um psiquiatra para conseguir superar esta situação. No que diz respeito aos comportamentos que possam ter tido influência na sua transição, foi interessante constatar a indicação por parte de dois elementos, de valores transmitidos pela prática desportiva (“concentração e método” e “respeito pelo cumprimento de horários, companheirismo e cuidados na alimentação”). Outro comportamento repetido foi a vida familiar e o apoio fornecido pelos seus membros. Outros referiram ainda o apoio do grupo com o qual praticavam a modalidade da sua preferência.

Tabela 5 - Sistema de Apoio à Transição

Sistema de Apoio	Escala Apoio						
	1	2	3	4	5	6	7
Treinador	3		7		5	3	2
Companheiros de equipa	1	1	3		5	9	1
Familiares	1		1	2	3	5	8
Amigos		1	2	4	5	8	
Associações	14	2		1	1	1	1

Como podemos observar, após uma análise à tabela acima apresentada, apesar de esta demonstrar uma maior disparidade de valores atribuídos, é possível determinar tendências relativas aos apoios obtidos de cada uma das entidades. Podemos observar, por exemplo, como a família (1º) e os amigos (3º) assumem um papel preponderante, no que diz respeito a esta situação. Um dos que nos surpreendeu, ainda que só relativamente, foi a importância dada por este grupo aos companheiros de equipa (2º) e ao treinador/monitor (4º). Em comum com os outros dois grupos presentes a estudo, as associações ocupam o último lugar nas escolhas por considerarem que o apoio dado por estas entidades é inexistente.

4.3.4 Reflexões Grupo de Controlo

Participante 1 - “Acima de tudo, que, tal como no desporto, na vida é necessário um grande espírito de sacrifício para conseguirmos almejar os nossos objectivos, ter muita ambição e, de igual forma, a necessidade constante de nos adaptarmos à realidade que, por vezes, se altera (adaptações ao mundo actual - variações constantes relativamente à evolução do mesmo) e que nos obriga a estar preparados para ultrapassar as dificuldades que nos vão pondo à prova... Não, tenho consciência de que a opção tomada foi a mais correcta.”.

Participante 2 - “Sem dúvida que o espírito de equipa e respeito pelas regras são valores que me ajudaram após a prática desportiva. Relativamente à retirada da carreira desportiva, penso que tomei a opção correcta porque não conseguia conciliar a carreira desportiva com a Universidade. Contudo, alteraria talvez o facto de ter deixado o desporto de forma tão brusca e repentina, optaria talvez por continuar a fazer outra modalidade, que me permitisse conciliar os dois mundos.

Participante 3 - “Preocupação com o bem-estar físico e mental e com a qualidade de vida... Não mudava nada.”

Participante 4 - “Disciplina de horários e alimentação cuidada... Continuava a praticar desporto de forma mais intensiva e não deixava a vida desportiva como entrada na vida laboral profissional.”.

Participante 5 - “Espírito de equipa e consciência das minhas limitações... Não alterava nada.”.

Participante 6 - “As amizades e o crescimento como homem que tive no futebol... Se fosse hoje, não teria abandonado o futebol e continuaria a minha actividade desportiva.”.

Participante 7 - “Com disciplina é possível arranjar tempo... Tinha tentado arranjar alternativas e soluções.”.

Participante 8 - “Responsabilidade, método e empenho... Manter actividade regular que permitisse praticar sem ser com espírito competitivo.”.

Participante 9 - “Solidariedade... Não deixava, mudava apenas de modalidade desportiva, uma que se coadunasse com as condições da minha vida.”.

Participante 10 - “O respeito pelos outros... Não alterava nada.”.

Participante 11 - “Capacidade de superação... Sim. Tentava aproveitar melhor as oportunidades que me foram aparecendo.”.

Participante 12 - “Manter a calma em situações de stresse... Arriscava mais na minha carreira desportiva. Tentava ser jogador profissional de futebol.”.

Participante 13 - “Rigor, disciplina, respeito pelo outro, cumprimento das regras de conduta... Não.”.

Participante 14 - “É claro que sempre adquiri alguns conhecimentos que ajudaram a outros trabalhos e a disciplina e rigor nas tarefas também ajudaram a reentrar no mercado de trabalho... Sim. É claro que me preocupava com o meu futuro para além da prática federada.”.

Participante 15 - “É claro que sim. Melhor saúde, convivência social e cumprimento de regras de conduta... Nunca teria deixado de praticar desporto, pois depois de retomar, senti a diferença pela positiva.”.

Participante 16 - “Solidariedade, conhecimento desportivo e saúde... Acho que faria tudo igual.”.

Participante 17 - “Dedicação, pontualidade e conhecimento... Investia mais na prática do desporto.”.

Participante 18 - “Liderança e dinâmica de grupos desportivos, ética e solidariedade... Teria dado mais atenção à escola.”.

Participante 19 - “A luta contra a dor, persistência e espírito de combate... Associar o estudo como veículo de suporte para o futuro.”.

Participante 20 - “Ajudou-me muito nas relações sociais e humanas, conhecimentos e valores... Não mudava nada, ou então tentava preparar o meu futuro com mais tempo.”.

Não deixa de ser interessante, ao ler as reflexões do grupo de controlo, constatar a importância que um grupo de pessoas que sempre praticou desporto de um forma amadora, lúdica e/ou recreativa, atribuiu aos valores e comportamentos transmitidos pela prática desportiva e à transposição que fizeram destes para a sua vida diária. Esta situação está bem patente nas seguintes afirmações: “é necessário um grande espírito de sacrifício”, “a necessidade constante de nos adaptarmos”, “o espírito de equipa e respeito de regras”, “disciplina de horários e alimentação cuidada”, “preocupação... com a qualidade de vida”, “espírito de equipa e consciência das minhas limitações”, “o crescimento como homem que tive no futebol”, “com disciplina é possível arranjar tempo”, “responsabilidade, método e empenho”, “solidariedade”, “capacidade de superação”, “o respeito pelos outros” e “manter a calma em situações de stress”. É de especial relevância ver como as atitudes descritas nestas afirmações são comportamentos que podem fazer a diferença entre o sucesso e o insucesso. Na segunda reflexão, relativa ao alterar ou não algo no seu passado, se fosse possível, é interessante observar que os participantes ou não alteravam nada, ou apenas alteravam um aspecto, sendo que esse aspecto seria que, como diz o participante 6, “continuaria a minha actividade desportiva” ou então dar mais atenção à formação como os

participantes 18, “Teria dado mais atenção à escola.” e 19 Associar o estudo como veículo de suporte para o futuro.”.

Pela análise destes resultados pode depreender-se que aqueles que praticaram e se mantêm a praticar actividade desportiva com carácter lúdico e recreativo revelam uma maior serenidade com a vida e quase nenhum arrependimento face às escolhas de vida feitas no seu passado enquanto mais jovens.

Capítulo V

5. Conclusão

Levar a cabo esta investigação foi das experiências mais significativas e sentidas da minha vida, para além da abertura de horizontes que me proporcionou. Permitiu que fosse possível esclarecer, dentro do que nos foi transmitido pelos seus participantes, o que experienciam nesta fase da sua vida, sob quatro grandes dimensões. Por outro lado considero que, não tendo sido realizado qualquer estudo semelhante em Portugal, estes resultados permitem conclusões que constituem um novo marco no conhecimento desta área científica da gestão do desporto, onde se analisam os efeitos da actividade desportiva na qualidade de vida pós profissional ou em idades mais avançadas.

5.1 Circunstâncias Relacionadas com a Transição de Intensidade Prática Desportiva

O que se pode retirar das respostas dadas a estas questões, na comparação do grupo de controlo com os outros dois grupos em estudo, é que, enquanto nos ex-jogadores a prática do futebol era e em muitos casos é a sua vida, algo que definiu uma fase importante, senão toda a sua existência, no que concerne aos ex-reclusos a sua importância reteve-se muito na mudança da sua perspectiva perante a vida, tendo assumido um papel de ponto de viragem, que permitiu que a sua reabilitação fosse realizada com sucesso. Uma ideia comum a todos os grupos foi a preocupação com a manutenção da prática desportiva ou a tentativa de o fazer, uma vez que permitia que funcionasse como um elemento de escape, refúgio e libertação das circunstâncias e agruras da vida, bem como da consolidação da sua integração social.

5.2 Factores Psicossociais Relacionados com a Transição de Intensidade Prática Desportiva

No que se refere a este item do questionário, cujo objectivo era perceber quais as adaptações mais complicadas que tiveram de fazer após a retirada da carreira de jogadores, um dos aspectos que mais se evidenciou foi a perda de um valor referido como camaradagem (uma ligação com o grupo da qual os ex-atletas mais sentiram falta, muito por ser quebrada severamente e de forma abrupta). Uma preocupação, praticamente comum a todos, foi sustentar a família e proporcionar meios de subsistência que permitissem não só manter o nível de vida atingido, como também dar alguma estabilidade e segurança à vida familiar. Ao nível dos ajustes pessoais, a principal diferença que levou a que alguns tivessem adaptações mais difíceis que outros, foi a ocupação do tempo e decidir o que fazer após o término da carreira. Apenas os que já possuíam algum negócio e outras actividades, tiveram esta fase “suavizada”, por assim dizer. Comparativamente com os reclusos (em que se pretendeu saber as dificuldades de adaptação à vida activa após saída da cadeia), podemos dizer que as perspectivas tiveram em comum as preocupações com o bem-estar da família (para quem a tinha) e com o encontrar um meio de subsistência. Ao nível dos ajustes pessoais, a principal questão que se colocava era como lidar com a desconfiança e discriminação que já tinham ideia de encontrar mal transpusessem os portões do

estabelecimento prisional. Neste campo, foi interessante constatar que quem já possuía um trabalho antes de ser preso, acabou por retornar à mesma função. Neste parâmetro, relativamente ao grupo de controlo notou-se que as adaptações mais difíceis, prenderam-se, essencialmente, com a perda de um “escape” ou “saída” da realidade que lhes dava prazer e por isso tornava as suas vidas mais stressantes, com um dos indivíduos a denunciar ter experienciado ataques de ansiedade, facto que muitos combateram com o recurso a comportamentos nocivos, como o tabaco.

5.3 Qualidade de Transição de Intensidade de Prática Desportiva

Em relação à transição e à sua qualidade (ou falta dela), podemos evidenciar que, da parte dos ex-jogadores, esta foi largamente influenciada pelo seu passado. Quem conseguiu, ao longo da sua carreira, atingir patamares de excelência e a realizar-se profissionalmente, foi capaz de efectuar a sua transição de uma forma mais tranquila, como o participante 1. Ao invés, quem não teve poder de decisão ou intervenção pessoal no seu abandono, experienciou bastantes dificuldades e demorou inclusive a superar esta situação. Isto sucedeu pelo facto de a sua identidade atlética estar ainda à procura de ser realizada. No que diz respeito aos ex-reclusos, podemos referir que a qualidade da sua transição foi mais influenciada por factores externos que internos. A sua motivação, por muito elevada que fosse, acabava por estar sempre sujeita à aceitação da sociedade, que ainda não nos parece pronta para aceitar totalmente a reabilitação dos ex-presidiários. Estes sentem-se abandonados, uma vez que além das famílias e amigos, dificilmente encontram apoios para os ajudar na inserção na vida activa. Estes lembram também a importância das regras desportivas e a sua transposição para a vida, como algo que não só os ajudou na sua existência enquanto membros da micro-sociedade existente no interior da cadeia, como a lidar melhor com as adversidades encontradas no exterior. Relativamente ao grupo de controlo, os seus participantes evidenciaram que a principal dificuldade com a transição se deveu à perda de tudo o que lhes era proporcionado pela prática desportiva, como a alegria, a descontração, a maior facilidade em manter a linha e um estado de humor mais estável e agradável, algo que ajudava a conseguir suportar melhor as dificuldades impostas, por factores externos, na sua vida diária.

Um ponto comum a todos que não é demais salientar é que os principais meios de suporte à sua transição se sustentam nos familiares e (verdadeiros) amigos, que com o tempo se revelaram ser os únicos que se mantêm ao seu lado, mesmo nas fases mais difíceis, encorajando-os ou ajudando-os.

5.4 Reflexões

Nas suas reflexões, o facto mais importante a salientar, é a relevância atribuída à prática desportiva por todos os participantes, que não se coíbem de realçar o crescimento que esta lhes proporciona como indivíduos, tanto ao nível de valores (amizade, responsabilidade, respeito, trabalhar em grupo, solidariedade, espírito de sacrifício e capacidade de superação) como ao nível do cumprimento das regras (regulamento do jogo, horários, regimes alimentares e rotinas).

Apesar de ser da responsabilidade individual do atleta, recluso e praticante, agir para poder superar esta transição, somos da opinião que serviços e meios institucionais deveriam ser desenvolvidos e criados para suportar o seu desenvolvimento integral e inserção na vida quotidiana e activa. O seguimento e avaliação do

desenvolvimento pessoal destes indivíduos deveriam ser realizados por entidades competentes e responsáveis por eles. Lá por a sua utilidade desportiva terminar, ou, no caso dos ex-reclusos, por terem cometido um erro, estes só poderão tornar-se produtivos se a sua transição for realizada com sucesso. Estas informações demonstram que a sua participação activa em qualquer forma de preparação para a transição têm um impacto bastante positivo nos resultados da mesma, assim como no seu bem-estar subjectivo. Apesar de ainda não estarmos preparados para auxiliar totalmente estes indivíduos, tanto na compreensão dos benefícios, como na preparação para a vida (pós-desportiva ou pós-reclusão), é importante continuar a investir nesta área. Este desenvolvimento deverá ser feito através da condução de estudos metodológicos de pesquisa, publicação de artigos e criação de programas que abordem a questão da transição (desportiva ou de reinserção social), para que seja possível proporcionar avanços nesta matéria. A pesquisa nesta área revela-se, assim, fundamental se queremos que estes cidadãos sejam elementos estáveis, sãos e produtivos para a sociedade, ao longo de toda a sua vida.

5.5 Apreciação final

Na mutação de paradigma, de um em que se privilegiava mecanisticamente o papel diferenciado das partes para um outro em que prevalece aquilo que, a partir do todo, se determina, é todo um programa de vida que se tece.

Não mais um padrão exclusivo de avaliação do humano a partir da casuística de um fazer mais ou menos errático e caprichoso. Mas um critério holístico segundo o qual o *eu*, enquanto um todo multidimensional, se expande e se realiza mediante um exercício criador de uma intencionalidade operante.

E digo bem: intencionalidade porque é esse ingrediente inteligente que está na origem de toda a realização - como o atesta o famoso paradoxo de Schrödinger, por exemplo. E como faz questão em acentuar Fritjof Capra em *O Tao da Física* (1989).

É do informe, isto é, do espaço vazio que o não é no sentido materialista, mas um espaço pleno de virtualidade energética, que brota, a cada instante, o real de que se faz o quotidiano das nossas vidas.

O frenesim do mundo das formas, isto é, das nossas incessantes realizações mentais é o mundo platónico dos fantasmas, da ilusão e, conseqüentemente da frustração. E a ociosidade, o não ter nada para fazer, porque nada há dentro da alma que suscite o desejo de algo, é, por assim dizer, uma espécie de greve praxica, numa denegação do *eros* (Platão) da busca de um maior bem para a vida - é, enfim, uma intenção que se esvazia por nada haver que a preencha.

Do fluxo dramático do pensar surge aquele sentimento de que tudo está contra nós e de que nada há a fazer - o sentimento da desistência.

E quer o desporto da alta competição em que é proibido errar, quer o ambiente totalitário e asfíxiante da prisão, são ambos palcos de desempenho de papéis em que se joga tudo, de uma ou de outra maneira. De um lado, o estrepitoso fiasco na sequência de um golo falhado, de outro o precipício e o desencanto como companhia de travesseiro. Em ambos os casos, a vizinhança paradoxal do insucesso, com uma diferença: o passo a dar na prisão é mais curto. É, pois, neste contexto, que a prática desportiva desempenha um papel importante de regeneração - desde que vivida num registo totalmente lúdico. Porque é através da brincadeira, do jogo, que a criança tacteia e descobre o sentido do mundo e dos homens.

E é este papel de intermitência, de hiato inspirador, de proximidade ao registo fluido da vida, que o desporto, qual catarse aristotélica, desempenha na vida de todos - e muito em especial daqueles que estavam aparentemente, mais afastados dela: os reclusos.

Em suma, o desporto, por mediação da ludicidade que é o instrumento da criatividade, tem o condão de trazer mais humanidade aos que dela mais precisados estão.

Capítulo VI

6. Epílogo

(Breve reflexão crítica final)

A primeira nota que, ao terminar este meu trabalho, quisera frisar, é que a última coisa que me ocorreria seria precisamente declarar como terminado um trabalho cuja credibilidade científica reclama, antes do mais, essa humilde atitude de aceitação de um paradoxal e desafiante inacabamento.

Pretender, com efeito, no terreno hipercomplexo e multidimensional do homem, fixar, a um qualquer propósito, uma última palavra seria arrogância e presunção racionalista, cujo absolutismo unilateral aqui me propus também denunciar - não incorreria, pois, em tão flagrante contradição.

E essa incompletude, que honestamente reconheço, deve-se, desde logo, ao âmbito porventura demasiado restrito da amostra, facto que pode ter provocado algum enviesamento da correspondente análise. Como, porém, a componente quantitativa está longe de ser, por si só, determinante do “fenómeno humano”, acredito que esse efeito adulterante, a verificar-se, terá sido mínimo, quase despreciando.

De facto, o que resulta bastante claro da compulsão das várias respostas obtidas, quer numa quer noutra das tipologias em análise, é que, para lá da modulação tónica do que foi sendo por cada um confidenciado, um aspecto há que percorre transversalmente todas as respostas - e isso, independentemente do sinal do registo em que se expressam. Sim, algo há que aos diferentes estados de alma retratados subjaz, aquilo a que os psicólogos costumam designar por “atitude”, mas que outra coisa não é, afinal, do que o estado de consciência. Se bem observarmos, verificaremos que o grau de sucesso na vivência da transição, em ambos os casos, está notoriamente relacionado com o índice de consciência que cada uma denota na perspetivação do futuro, ou seja, o êxito do futuro construiu-se no sentimento autoconsciente do presente. E para esta autoconsciência criativa o corpo-próprio, ponto nuclear na fenomenologia, desempenha o papel decisivo e inalienável de autêntico portal para o ser.

No caso específico dos reclusos, por exemplo, essa consciência corporal - e é sempre através do corpo que alguém toma consciência de si - foi propiciada, de forma privilegiada, pelo exercício catártico e destressante do jogo. E pela razão simples de que, jogando, o ser humano, quase sempre imerso na turbulência mental, alivia esse stress cognitivo, promove um hiato/intervalo na luta racionalista pela vida e quase sempre contra a Vida e permite, na sua descompressão lúdica, que seja a própria Vida a fluir e a manifestar-se. A vivência ludico-agonística do futebol, por exemplo, alimenta a consciência de si, a auto-consideração, a auto-estima e a autoconfiança, em contraste com o efeito apoucante e auto-desconsiderativo que, designadamente, a vivência punitiva da prisão causa: se estou a ser castigado é porque mereço sê-lo. Eis, em suma e em traços muito genéricos, o processo regenerativo conduzido pela consciência e que pode, de algum modo, ajudar a explicar e a justificar a concretização no terreno das melhores condições em ordem à reabilitação humana dos reclusos que, em boa medida, estão, mais que tudo, fechados à Vida e que, através da prática desportiva, a ela se podem voltar a abrir.

A montante de tudo, porém, há um elemento crucial a iluminar a análise que se empreendeu de ambas as situações - refiro-me à afectividade que, qual dínamo, enforma e determina a acção pedagógica e humana de quem dirige estes homens, sejam eles jogadores de alto nível, sejam eles reclusos, marginalizados de uma sociedade ciosa da sua segurança.

É esta atitude amorosa do líder, que se exprime basicamente na genuína aceitação do outro na sua diferença, se não mesmo na sua ameaça, que promove a desejada resposta no coração daqueles cuja acção prende ajudar a orientar.

E este facto vem, digamo-lo assim, corroborar um dos postulados da ciência da motricidade humana, o de que a *intencionalidade operante* opera realmente a partir do poder que a autoconsciência significa - é a partir de um estado de autoconfiança que levamos os outros a confiar em nós e neles próprios. A intenção que visa transformar alimenta-se, pois, da atenção ao próprio e ao outro: só uma vez convertido, posso aspirar a converter o outro!

Com efeito, a ciência da motricidade humana ajuda-nos a compreender o desígnio participativo do real, nos seus diferentes níveis, e o papel decisivo e quanticamente *decisório* que nele desempenha a nossa mente - e a um evento de teor mental associa-se inevitavelmente um facto do tipo emocional. É por isso que a dimensão cordial, isto é, o afecto e a emoção que colocamos no que fazemos têm o efeito genésico de transformar isso em algo que a mera análise lógico-dedutiva não previra. Ou seja, o líder auto-confiante e emocionalmente envolvido nos objectivos do grupo, constitui-se em foco catalisador do novo e, num certo sentido, do milagre.

Creio ter sido esta a tónica determinante do sucesso, relativo, como aliás todo o sucesso, da minha experiência humana e pedagógica com os reclusos do estabelecimento prisional de Paços de Ferreira: foi a partir da minha conversão interior que os motivei a eles à sua conversão - e, ainda por cima, brincando e divertindo-se!

Creio, pois, poder afirmar, com alguma segurança, que, deste meu modesto trabalho, emergem alguns sinais que apontam para uma nova concepção fundamentalmente humana, em que a tradicional assimetria posicional entre os diferentes actores se esbate e, pelo contrário, o pólo, habitualmente tido como mais débil e vulnerável, é *considerado* (de notar que o conceito de *consideração* é central na proposta psicoterapêutica, assumidamente humanista, de Carl Rogers) em toda a sua radical nobreza e, a partir dessa amorosa aceitação, eis que está aberto o caminho a uma dinâmica participativa que induz as desejadas transformações.

Oxalá, também a partir do que aqui se sugere, possam os responsáveis pela política prisional, rever e alterar a clássica concepção punitiva da reclusão e acolher a criativa perspectiva, segundo a qual, essa circunstância de privação, à luz da lei, pode e deve comportar um surto, quantas vezes imprevisível, de oportunidades e reais possibilidades em ordem ao desejável reencontro desses reclusos com a dimensão escondida, mas real, de si próprios - eis o que, a verificar-se, me deixaria sincera e profundamente gratificado.

Oxalá que a partir daqui as organizações desportivas (Federações, associações, clubes, etc.) assumam a sua responsabilidade social no enquadramento dos desportistas durante o seu ciclo de vida, preparando o Homem para a sua vida, condição que garantirá o sucesso durante o período de transição pós carreira desportiva. O desporto só pode ser visto como um instrumento de formação para a qualidade de vida e não uma mera indústria cuja principal matéria-prima é as pessoas que não se pretende que venham a ser trituradas sem reciclagem possível.

E nem a circunstância de, nesta narrativa, ser eu simultaneamente autor e actor, o que poderia por alguns ser considerado um *handicap* hermenêutico, retira, creio, pertinência e verosimilhança a estes sinais, uma vez que o

cunho vivencial e testemunhal que o trabalho evidencia ajudam, creio, a estabelecer o carácter exemplar do que tão intensa e frutuosamente se viveu. Mesmo que seja para, *a contrario*, denunciar o que de insuficiente se fez, em ambos os casos, mas, porventura, sobretudo no caso dos campeões do Futebol Clube do Porto, em cuja vivência se pode facilmente detectar uma excessiva dramatização da vertente agonística da sua efémera profissão.

É por tudo isto que este meu modesto trabalho o vejo como um ponto de partida, certamente auspicioso, mas nunca como um ponto de chegada.

Bibliografia

- Agostino, G. (2002) *Vencer ou Morrer, Futebol, Geopolítica e Identidade Nacional*. Edições Manad.
- Altrichter, H., Feldman, A., Posch, P. & Somekh, B. (2008). *Teachers investigate their work; An introduction to action research across the professions*. Routledge. p. 147. (2nd edition).
- Allyn & Bacon (2007) *It is a method-appropriate seducation: An introduction to theory and methods*. ISBN 978-0205512256.
- Argyle, M. (1993) “*Psicología de la Calidad de Vida*”. *Intervención Psicosocial*. Nº2. Pp. 5-15.
- Antunes de Sousa, J. (2010) *Motricidade Humana: um nome ou um programa de vida?* FIEP Bulletin. Pp 46-55.
- Antunes de Sousa, J. () *Vergílio Ferreira e a filosofia da sua obra literária*. Edição Piaget.
- Antunes de Sousa, J. (2010) *Desporto em Flagrante*. Editora Livros do Brasil.
- Arendt, H. (2006) *Entre o passado e o futuro - oito exercícios sobre o pensamento político*. Relógio d'Água. Lisboa.
- Arraiano, F. (1988) *O Desporto no Meio Prisional. Temas Penitenciários*. 2.
- Bangsbo, J. (1996) *Physiology of intermittent activity in football*.
- Baptista, A. (1985) *Peregrinação Interior*. Ed. Presença. Lisboa. Pg. 93.
- Barbanti, V. J. (1997) *Teoria e Prática do Treino Desportivo*. Edgar Blucher. São Paulo.
- Barbaras, R. (2003) *O Homem-Máquina. A Ciência manipula o Corpo*. Companhia das Letras. São Paulo.
- Bento, J. (1995) *O outro lado do desporto. Vivências e reflexões pedagógicas*. Campo das Letras. Porto.
- Berger, B.; McInman, A. (1993). Exercise and quality of life. In Singer, R.; Murphey, M.; Tennant, L. (Eds) *Handbook of research on sport psychology*. New York: McMillan.
- Berruezo, P. P. (2000) *Hacia un marco conceptual de la Psicomotricidad a partis del desarrollo de su practica en Europa y España*. Revista Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado. Nº 37, pg. 29.
- Bogdan, R. C. & Biklen, S. K. (2006). *Qualitative research in (validation) and qualitative (inquiry) studies*.
- Bourdieu, P. (2001) *Science de la science et reflexivité*. Raison d'Agir. Paris.
- Boscaini, F. (1992) *Hacia una especificidad de la Psicomotricidad*. Revista de estudos y experiencias. Nº 40, pp. 5-49.
- Caballero Romero, J.J. (1986) *El “mundo” de los presos*. Inf. J. Burillo e M. Clemente (Eds), *Psicología Social y Sistema Renal*. Madrid.
- Capra, F. (1989) *O Tao da física*. Editorial Presença. Lisboa.
- Cardoso, G.; Xavier; & Cardoso, T. (2007) *Futebol, Futebol e Media na sociedade em rede*. CIES-ISCTE. Lisboa.
- Castelo, J. (1994) *FUTEBOL - MODELO TÉCNICO-TÁCTICO DO JOGO*. Edição FMH-UTL.
- Castelo, J. (1996) *FUTEBOL - A ORGANIZAÇÃO DO JOGO*. Edição FMH-UTL.
- Castelo, J. (2003) *Futebol - Guia prático de exercícios de treino*. Lisboa: Visão e Contextos.

- ☞ Cautista, M. J. P. e Meirinhos, J. F. (1997). *Descartes - reflexão sobre a modernidade*. Fundação Eng.º António de Almeida. Porto.
- ☞ Cheng, L. (2005). *Changing language teaching through language testing: a washback study*. Cambridge University Press. p. 72.
- ☞ Clemer, D. (1940) *The prison community*. New York.
- ☞ Clausen, D. (2006) “Sobre a estupidez no futebol”, *Análise Social*. Nº 179, pg. 584.
- ☞ Coelho, J. N. e Tiesler, N. C. (). “O paradoxo do jogo português e ausência de espectadores nos estádios”, *Análise Social*. Nº 179, pg. 523.
- ☞ Coakley, S. (2006) A Phenomenological Exploration of the Sport-Career Transition Experiences that affect Subjective Well-Being of Former National Football League Players. University of North Carolina.
- ☞ Cohen, L., & Manion, L. (2000). *Research methods in education*. Routledge. p. 254. (5th edition).
- ☞ Colin, A. (1970) *Fabienne Legrande/Jean Ladeguillierie*. Paris.
- ☞ Costa, H. (2004) “O Individual no Colectivo e o Colectivo no Individual” - A importância Tática das Acções Individuais no Processo Ofensivo Colectivo. Dissertação de Licenciatura não publicada. ISMAI, Maia.
- ☞ Costa, H. (2005) *Análise do jogo em futebol. Caracterização do processo ofensivo da selecção alemã de futebol feminino - estudo de caso*. Dissertação de Mestrado não publicada. FMH-UL, Lisboa.
- ☞ Cruz, J. (1996) *Manual de Psicologia do Desporto*. José Fernando Cruz Editor. Sistemas Humanos e Organizacionais, Braga.
- ☞ Damásio, A. (1994) *O Erro de Descartes - Emoção, razão e cérebro humano*. Europa América. Lisboa.
- ☞ Damásio, A. (2000) *Sentimento de Si*. Europa-América. Lisboa.
- ☞ Denzin, N. (2006). *Sociological Methods: A Sourcebook*. Aldine Transaction. [ISBN 9780-202308401](https://doi.org/10.1080/00141801.2006.10555401). (5th edition).
- ☞ Descartes, R. (1982) *Discurso do Método*. Livraria Sá Costa.
- ☞ Descartes, R. (s/d) *Recherche de la vérité*, ATX
- ☞ Devlin, K. (s/d) *Adeus Descartes*. Europa-América. Lisboa.
- ☞ Escrivá, J. M. (1957) *Caminho*. Edição de Autor.
- ☞ Esteves, J. (1978) *Desporto e Estruturas Sociais*. Edição de Autor.
- ☞ Exupéry, A. (1944) *O Príncipezinho*. Edição de Autor.
- ☞ Fertin, R. (2007). *Compreender a complexidade*. Instituto Piaget. Lisboa, p. 23.
- ☞ Fiolhais, C. (1994) *Universo, Computadores e Tudo o Resto*. Gradiva. Lisboa. Pg. 84.
- ☞ Foucault, M. (2004) *Vigiar e punir - Nascimento da prisão*. Pretopolis: Editora Vozes.
- ☞ Foucault, M. (1996) *Microfísica do Poder*. Graal. Rio de Janeiro.
- ☞ Fortin, R. (2007) *Compreender a complexidade*. Piaget.
- ☞ Franca, L. (1945) *A crise do mundo moderno*. Prodomo. Lisboa.
- ☞ Freire, A. (1967) *O pensamento de Platão*. Livraria Cruz. Braga. P. 132.
- ☞ Freire, G. (1974) “Futebol desbrasileirado”, *Diário da Penumbra*. P. 6.
- ☞ Goffman, E. (2007) *Manicómios, prisões e conventos*. Edições S. Paulo.
- ☞ Garganta, J. (1997) *Modelação táctica do jogo de futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento*. Tese de Doutoramento não publicada. FCDEF-UP. Porto.

- ☪ Garganta, J. (2004) *Atrás do palco, nas oficinas do Futebol*. In Júlio Garganta, José Oliveira e Maurício Murada (Eds), *Futebol de muitas cores e sabores*. FCDEF-UP.
- ☪ Gonçalves, A. (2002) *Uma esfera cuja circunstância está em parte nenhuma*. Economia e Sociologia.
- ☪ Gonçalves, R. (2000) *Delinquência, Crime e Adaptação à Prisão*. Quarteto Editora.
- ☪ Gonçalves, R., Vieira, H. (1995) *Sobrepovoamento, stress e estratégias de confronto em meio prisional*. In *Revista Portuguesa da Ciência Criminal*, vol. 5.
- ☪ Guilherme Oliveira, J. (2004) *Conhecimento Específico em Futebol: contributos para definição de uma matriz dinâmica do processo ensino-aprendizagem/treino do jogo*. Dissertação de Mestrado - FCDEF-UP.
- ☪ Hughes, C. (1990) *The winning formula: The Football Association Book of Soccer Tactics and Skills*. William Collins Sons & Co. Ltd. London.
- ☪ Le Boulch, J. (1971) *Vers Une Science du Mouvement Humain*. Éditions ESF. Paris.
- ☪ Le Breton, D. (2002) *La sociología del cuerpo*. Nueva Visión. Buenos Aires, pp. 9/10.
- ☪ Le Moigne (1994) *O construtivismo dos fundamentos*. ESF Editeur. Piaget.
- ☪ Lima, T. (1981) *Metodologia do treino desportivo*. ANTB.
- ☪ Llosa, M. V. (2010) *Artigo de opinião*. Jornal A Bola.
- ☪ Lobo, L. F. (2002) *Os Magos do Futebol*. Bertrand Editora. Lisboa.
- ☪ Lourenço, L & Charco, F. (2007) *Liderança - As lições de Mourinho*. Booknomics. Lisboa, pg. 87.
- ☪ Maciel, J. (2008) *A (in)corpo(acção) precoce de um jogar de qualidade como necessidade (eco) antropológica total. Futebol um fenómeno antropológico total, que primeiro se estranha e depois se entranha e... logo, logo ganha-se!* Dissertação Licenciatura. FCDEF-UP.
- ☪ Maçãs, V. (1997) *Análise do jogo em futebol - identificação e caracterização do processo ofensivo em selecções de futebol júnior*. Dissertação de mestrado não publicada. FMH-UTL. Lisboa.
- ☪ Magalhães, A. (1994) *História natural do futebol*. Assírio e Alvim. Lisboa. P. 13.
- ☪ Maranhão, T. (2005) *Análise Social*, nº179
- ☪ Marias, J. (2000) *Selvagens e sentimentais - histórias do Futebol*. Publicações D. Quixote.
- ☪ Marivoet, S. (1998) *Aspectos Sociológicos do Desporto*. Livros Horizonte.
- ☪ Marivoet, S. (2002) *Aspectos sociológicos do desporto*. Livros Horizonte. Lisboa. Pg. 52.
- ☪ Mateu, J. & Valdano, J. (1999) *Liderazgo*. El País, S.A.
- ☪ Maggie, J. (2011) *Coaching, um guia essencial ao sucesso do coach, do gestor e de quem quer ser ainda mais feliz*. Ed Smartbook.
- ☪ Magno, A. (2007) *O Futebol e a Sociedade Global. Uma reavaliação da identidade sociocultural brasileira*. Universidade federal de Góias. Brasil.
- ☪ Merleau-Ponty, M. (1945) *Phénoménologie de la perception*. Gallimard.Paris.
- ☪ Moen, K. (2001); Sinclair & Orlick (1993); Swain (1991) e Torregosa et al (2000).
- ☪ Moreno, H. (1994) *Fundamentos del deporte: Análises de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.
- ☪ Morín, E. (1980) *Le Méthode, 2, La vie de la vie*. Letauil. Paris. Pg. 44.
- ☪ Morin, E. (1990) *Introdução ao Pensamento Complexo*. ESF Éditeur. Paris.
- ☪ Neto, J. (1999) *A preparação Física e Psicológica do Árbitro de Futebol*. Edições ASA.
- ☪ Neto, J. (2003) *Exercício Físico... Fonte de Vida*. Gazeta de Paços de Ferreira Edições.

- Neto, J. (2007) *Lesões, Treino - Futebol... do psicológico ao integralmente humano*. Edição do Autor.
- Neto, J. e Matos, F. (2008) *FUTEBOL - Tecnociência para o sucesso*. Edição de Autor.
- Netto (2005) *Net*.
- Ney, N. (1989) *Considerações sobre a Organização e Conteúdos das Actividades em Instituições Prisionais*. In *Conselho da Europa; desporto para jovens delinquentes*. Lisboa: Ministério da Educação/Direcção Geral dos Desportos.
- Norbert, E. (2008) *Introdução à sociologia*. Edições 70. Lisboa.
- Ofray de la Ratrie, J. (1748) *O homem-máquina*.
- O'Donoghue, T., Punch K. (2003). *Qualitative Educational Research in Action: Doing and Reflecting*. Routledge. p.78.
- Pereira, M. (1983) *Artigo de opinião*. Jornal A Bola.
- Pires, G. (2007) *Gestão do Desporto*. Porto Editora.
- Pradillo, J. L. P. (2007) *Motricidad, ámbitos y técnicas de intervención*. Universidad de Alcalá.
- Pradillo, J. L. P. (2002) *Aproximación histórica a la resolución de la educación Física*. Revista Interuniversitaria. Universidad de Salamanca.
- Prado Coelho, E. (1972) *A palavra sobre a palavra*. Portucalense Editora.
- Queloz, N. (1994) *Fenómenos de dissociação do laço social, comportamentos desviantes dos jovens e intervenções sociais*. Revista Infância e Juventude.
- Rebelo (1993) ver apontamentos
- Reilly, T; Bangsbo, J.; Franks, A. (2000) *Anthropometric and Physiological predisposition for elite soccer*. Journal of Sports Sciences.
- Rogers, C (2009). *Tornar-se Pessoa*. Ed. Padrões Culturais. Lisboa.
- Santos, B. S. (1999) *Um discurso sobre as ciências*. Ed. Apontamentos. Lisboa.
- Schäfer, L. (2003) *Em busca da realidade divina - a ciência como fonte de inspiração*. Ed. Esquilo. Lisboa.
- Sérgio, M. (1991) *A pergunta filosófica do Desporto*. Compendium.
- Sérgio, M. (1999) *Um Corte Epistemológico: da Educação Física à Motricidade Humana*. Piaget. Lisboa.
- Sérgio, M. (2003) *Alguns Olhares sobre o Corpo*. Edições Piaget.
- Sérgio, M. (2001) *Algumas teses sobre o Desporto*. Compendium. Lisboa.
- Sérgio, M. (2003) *Alguns Olhares Sobre o Corpo*. Piaget. Lisboa.
- Sérgio, M. (2005) *Para um novo Paradigma do saber e do ser*. Ariadne Editora. Coimbra.
- Sérgio, M. (2009) *Filosofia do Futebol*. Prime Books. IDP.
- Sérgio, M. (2009) *Textos Insólitos*. Instituto Piaget. Lisboa.
- Silva e Gonçalves (1999) *Sobrelotação prisional e perturbações de adaptação - Crimes, práticas e testemunhos*. IEP. Braga.
- Simpósio de Génova (1967) *Carta Internacional de Educação do Ócio*.
- Soares, A. (2002) *Futebol brasileiro e sociedade: a interpretação culturista de Gilberto Freyre*. 145-162.
- Soares, J. (2005) *O treino do futebolista*. Porto Editora.
- Toledo, L. (1986) *Torcidas organizadas do futebol*. Campinas, Autores Associados.
- Torga, M. (s/d) *Diário XI*. Pg. 202.

- Torres Lima, A. C. (2008) *Olhar a corporeidade*. In Revista Brotéria. Lisboa.
- Thureau-Dagin, P. (1995) *La concurrence et la mert lyros*. Paris, p. 41.
- Ulmann, J. (1977) *De la gymnastique aux Sports Modernes*. Vrin. Paris.
- Valdano, J. (1999). “*Apuntes del Balón*”. La Esfera de los Libros.
- Valdano, J. (2008) *Artigo de opinião*. Jornal A Bola.
- Valverde Molin, J. (1997) *La cárcel y sus consecuencias*. Madrid. Edición Popular.
- Wagg, S. () “*Anjos Todos Nós?*” - *Os treinadores de futebol, a globalização e as políticas de celebridades - Análise Social*. Edição de Autor.
- http://www.levacov.eng.br/marilia/grounded_theory.html