

GALLANT, François; BÉLANGER, Mathieu. Empirical support for the tenets of sport participation and physical activity-based models: A Scoping review. **Frontiers in Sports and Active Living**, v. 3, p. 741495, 2021.

Introdução

Os modelos sobre a formação esportiva sugerem que, durante a infância, os jovens podem praticar vários esportes (diversificação esportiva) ou participar intensamente em apenas um esporte (especialização esportiva). Então, por volta da adolescência, os jovens podem se especializar em um único esporte (participação de elite) ou manter o envolvimento recreativo em atividades físicas (Côté et al., 2007; Balyi et al., 2013).

Dadas as estimativas de que quase um terço dos jovens abandonam o esporte anualmente durante a adolescência (Delorme et al., 2011; Fraser-Thomas et al., 2016), a participação esportiva baseada em evidências e os modelos baseados em atividade física podem representar ferramentas poderosas para o planejamento de intervenções bem-sucedidas adequadas à idade para promover a participação em esportes e atividades físicas.

Objetivo

Mapear modelos de participação esportiva e investigar o suporte empírico para os princípios da participação esportiva e modelos baseados em atividade física destinados a descrever a evolução da participação esportiva entre indivíduos na população em geral.

Métodos

Duas fases abrangentes foram usadas:

- Primeiro, foram identificados os modelos relacionados à participação esportiva na literatura e arquivados os que descreviam a participação esportiva de um indivíduo ao longo do tempo (ou seja, participação esportiva e modelo baseado em atividade física);
- Em segundo lugar, foram identificadas as evidências para os vários princípios dos modelos identificados.



Resultados

Três modelos podem ser considerados baseados na participação esportiva e na atividade física:

- a) Modelo de Desenvolvimento de Participação Esportiva (Côté, 1999; Côté et al., 2007) (DMSP);
- b) Modelo de Desenvolvimento de Atleta a Longo Prazo (LTAD) (Balyi et al., 2013);
- c) Fundamentos Integrados, Talento, Elite, Estrutura de domínio (FTEM) (Gulbin et al., 2013).

Todos os três modelos defendem a participação em vários esportes durante a infância, para formar atletas de elite e/ou promover a prática por mais tempo, mas também reconhecem que alguns participantes e/ou alguns esportes requerem uma especialização antecipada.

O DMSP destaca que uma quantidade alta de jogos deliberados (prática livre, agradável e liderada pelas crianças) promove a motivação intrínseca dos praticantes, o desenvolvimento motor e cognitivo. Por volta dos 13 anos, as crianças devem poder escolher se querem se especializar ou continuar no esporte de forma recreativa. Aos 16 anos, os jovens desenvolveram as habilidades físicas, cognitivas, sociais, emocionais e motoras necessárias para investir em treinamento altamente especializado em um esporte no alto desempenho.

No LTAD, a alfabetização física é o desenvolvimento de uma série de movimentos humanos básicos, habilidades motoras fundamentais e habilidades esportivas fundamentais. O monitoramento individual da idade relativa (mês de nascimento) e da idade biológica (maturação) é essencial, para a participação positiva e equilibrada de todos os praticantes, com o desenvolvimento físico, intelectual, emocional e moral. Vale destacar que “a excelência leva tempo”, com a necessidade de milhares de horas de prática, o que pode levar uma década (dependendo da atividade, treinamento, habilidade natural) para a especialização em um esporte. Brincadeiras livres em outras atividades são benéficas nesse processo, assim como adaptações nos treinos e competições. Por fim, regras devem encorajar abordagens menos orientadas para os resultados (vitórias/derrotas).



O FTEM descreve que as habilidades são aprimoradas ao longo do tempo, primeiramente com ampla exposição contínua a brincadeiras, práticas e jogos formais e informais. Posteriormente, aumenta o comprometimento com o treinamento e o possível engajamento na competição. Os atletas geralmente exibem dons ou talentos demonstráveis e mensuráveis em um ou mais domínios físicos, fisiológicos, psicológicos e de habilidade, que indicam potencial futuro no esporte de alto desempenho.

Conclusão

Apesar da importância dos três modelos, mais estudos são necessários para esclarecer e reforçar suas orientações para os diferentes contextos de prática – educação, recreativo, formação de atletas ou alto rendimento. Sendo que a maioria dos jovens praticantes não seguirá o “caminho” do alto rendimento, mas poderão praticar algum(ns) esporte(s) ao longo da vida, como nos momentos de lazer ou competições não profissionais. Portanto, essas informações adicionais sobre os conteúdos dos modelos podem ajudar a guiar políticas, programas e práticas esportivas para toda a população.

