

PERFIL DE PERSONALIDADE DE ATLETAS DE CROSSFIT® DO MUNICÍPIO DE SETE LAGOAS/MG: Análise a partir da Bateria Fatorial de Personalidade

Ramon de Sá Fernandes¹
Bárbara Couto Preisser Marçal Marques²

RESUMO

A presente pesquisa possui como tema a avaliação do perfil de personalidade de atletas do CrossFit® do município de Sete Lagoas. O interesse pela referida pesquisa justifica-se em verificar as potencialidades e fragilidades no perfil dos atletas. Possui como questão norteadora, qual é o perfil de personalidade dos atletas de CrossFit® do município de Sete lagoas a partir dos resultados apresentados do BFP – Bateria Fatorial da Personalidade. O estudo tem como objetivo avaliar o perfil de personalidade a partir da análise da BFP. O estudo se configura como pesquisa descritiva e estudo de campo, de natureza quantitativa. A amostra deste estudo foi composta por 25 atletas que participaram de maneira voluntária. Para coleta de dados foi utilizado um teste psicométrico em forma de inventário. A aplicação do teste foi realizada em um único momento com os atletas. A análise dos resultados foi realizada utilizando a tabela para amostra geral. Os dados foram tabulados no software *Excel* e retratados em gráficos de porcentagem. Ao final da pesquisa, conclui-se que esse estudo contribuiu para avaliação do perfil de personalidade dos atletas de CrossFit® do município de Sete Lagoas/MG.

Palavras-chave: Personalidade; Teste Psicológico; CrossFit®; BFP.

ABSTRACT

This study was conducted to assess the personalities of CrossFit® athletes from Sete Lagoas-MG. The aim of this study was to verify the potentialities and weaknesses in the athletes' profile. It asks as a guiding question, what is the personality profile of CrossFit® athletes from Sete lagoas based on the results presented from the Personality Factorial Battery (BFP). The purpose of this study is to assess the personality profile of CrossFit Athletes from Sete Lagoas based on a BFP analysis. The study is a quantitative, descriptive and a field study. The sample of this study consisted of 25 athletes who participated voluntarily. For data collection, a psychometric test was used as an inventory. The test application happened at the same time for the 25 athletes. Results analysis was performed using the general sample table. The data were tabulated on Excel and depicted in percentage graphs. At the end of the research, it concluded that this study is a contribution to the assessment of the personality profile of CrossFit® athletes from Sete Lagoas-MG.

Keywords: Personality; Psychometric Test; CrossFit®; BFP.

¹ Graduando em Psicologia pela Faculdade Ciências da Vida –FCV, Sete Lagoas. E-mail: ramondesaf@gmail.com

² Graduada em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (2011) e Mestre em Psicologia, linha de pesquisa Intervenções Clínicas e Sociais pela Pontifícia Católica de Minas Gerais (2014). Docente do curso de Bacharelado em Psicologia na Faculdade Ciências da Vida (FCV). E-mail: barbaracpmarcal@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

Os estudos em personalidade na psicologia, foram impulsionados a partir da década de 1930, através de Gordon Allport, que em seu livro *Personalidade: uma interpretação da psicologia*, demarcou o início dos estudos da personalidade na ciência psicológica (CARVALHO *et al.*, 2017). Allport (1996) descreve a personalidade como a organização do indivíduo em sistemas que determinam o seu pensamento e comportamento. Em contrapartida, Trentini *et al.* (2009) consideram que a personalidade são características únicas do indivíduo, que o diferencia dos demais a partir de padrões arraigados de comportamentos, sentimentos e pensamentos.

Na década dos anos 60, surge o campo da Psicologia do Esporte, estudando e atuando de maneira direta com situações que envolviam a personalidade, a motivação e o bem-estar de atletas. Temas como esses têm chamado atenção para estudos e atuação de profissionais, dando ênfase à preparação psicológica dos atletas, que é considerada como diferencial na obtenção de um bom rendimento (RUBIO, 1999). A Psicologia do Esporte, segundo Silva (2007), surge com o objetivo de estudar os efeitos psicológicos e o comportamento de pessoas nas inúmeras atividades esportivas e físicas, considerando os processos emocionais, cognitivos e psíquicos, com a finalidade de construir intervenções na sua aplicabilidade.

Bartolomeu *et al.* (2010) considera que a personalidade é um dos aspectos psicológicos mais estudados desde a criação da Psicologia do Esporte e que pode interferir no rendimento dos atletas em competição. De modo geral, são diversos os significados para o conceito de personalidade, mas, especificamente no âmbito esportivo, Filho (2016) considera a personalidade como o conjunto de características que, atrelados, possibilitam a compreensão do indivíduo de maneira única.

A referida pesquisa dispõe como objetivo avaliar o perfil de personalidade de atletas de CrossFit® do município de Sete Lagoas/MG a partir da aplicação da Bateria Fatorial da Personalidade (BFP) e traz como questão norteadora qual é o perfil de personalidade de atletas de CrossFit® do município de Sete Lagoas/MG. A BFP é um teste psicométrico que possibilita verificar construtos que envolvem os Cinco Grandes Fatores de Personalidade (CGF) (NUNES; HUTZ, 2015).

É importante enfatizar e distinguir avaliação psicológica e testagem psicológica, pois a avaliação é um processo que reúne informações oriundas de diversas origens, tais como observações, dinâmicas, testes, análise de dados, entre outros, no entanto os resultados que serão apresentados neste estudo serão obtidos através da testagem psicológica, processo cujo

meio exclusivo de coleta dos dados se dá através dos testes psicológicos (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2013).

O presente estudo se faz relevante uma vez que possibilita avaliar a personalidade de atletas, o que, segundo Vieira *et al.* (2015) é fundamental na preparação psicológica dos mesmos, resultando em um melhor desempenho nas competições, além de contribuir no desenvolvimento e fortalecimento de sua saúde mental e bem-estar. A presente pesquisa consiste em verificar as potencialidades e fragilidades no perfil de personalidade dos atletas de CrossFit® do município de Sete Lagoas/MG. Para tanto, apresenta-se uma revisão bibliográfica sobre o CrossFit®, o surgimento desse esporte no mundo e no Brasil, a relevância de avaliar a personalidade no contexto esportivo e a BFP – Bateria Fatorial da Personalidade. O estudo se configura como pesquisa descritiva e de natureza quantitativa.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 CROSSFIT®

O CrossFit® é uma modalidade esportiva desenvolvida nos Estados Unidos pelo treinador Greg Glassman. É considerado um treinamento de alta intensidade, que abrange de corrida, levantamento de peso olímpico e ginástica na finalidade de trabalhar o condicionamento físico de quem pratica o esporte, não visando somente na especificidade de uma habilidade. No ano de 1995, Greg Glassman começou a treinar a polícia de Santa Cruz na Califórnia e na mesma época abriu o primeiro *box* (nome dado às academias de CrossFit®) (MENEZES, 2013).

No ano de 2001, com o objetivo de propagar a modalidade, Greg Glassman começou a publicar os treinos em redes sociais, proporcionando a divulgação e favorecendo a execução dos treinos por pessoas de diferentes regiões dentro e fora dos Estados Unidos. O seu intuito era dar formação às pessoas que estavam interessadas na modalidade e assim, abrir novos *box* de CrossFit® afiliados (FORTUNATO, 2019). Até o ano de 2005, foram 18 afiliações abertas e até o ano de 2016, eram mais de 11000 afiliadas pelo mundo. No ano de 2009, Joel Fridman abre o primeiro *box* de CrossFit® no Brasil, na cidade de São Paulo (TIBANA *et al.* 2015).

Em geral, os movimentos que são realizados nos treinos se assemelham aos executados no cotidiano, como correr, agachar, pular, entre outros. Dessa forma esses movimentos influenciam positivamente na qualidade de vida dos que praticam o esporte também fora do *box*. Nos últimos 10 anos o CrossFit® se tornou bastante popular no mundo, e os praticantes

colocam como diferencial da modalidade, a quebra da rotina dos treinamentos, trabalho em grupo, rápidos resultados, intensidade durante os treinos, evolução individual e superação dos próprios limites (MENEZES, 2013). Segundo Gava (2016), o CrossFit® não é somente um programa de treinamento, mas é considerado um estilo de vida, cuja maioria dos praticantes se diz pertencente a uma comunidade. Dalfré (2017) ressalta que fazer parte da comunidade do CrossFit® proporciona um sentimento de pertencimento, pois é uma atividade que gera união e motivação entre os participantes.

2.2 BFP – BATERIA FATORIAL DA PERSONALIDADE

A Bateria Fatorial de Personalidade – BFP é um instrumento psicométrico em forma de inventário de autorrelato utilizado para avaliar a personalidade com base no modelo dos Cinco Grandes Fatores (CGF), proposto por McDougall, que inclui os fatores Extroversão, Realização, Abertura, Neuroticismo e Socialização. O teste foi desenvolvido no Brasil, levando em consideração a língua falada no país, as diversidades, os valores, culturas, especificidades dos quadros clínicos da realidade. Com essas características, a BFP se diferencia dos demais instrumentos que avaliam a personalidade desenvolvidos em outros lugares do mundo e adaptados para o Brasil (NUNES; HUTZ, 2015). O teste pode ser aplicado para pesquisa, ensino, avaliação no contexto da psicologia organizacional, psicodiagnóstico, orientação profissional, avaliações clínicas, psicologia escolar, psicologia forense, avaliação neuropsicológica entre outras. (NUNES; HUTZ, 2015).

O fator extroversão está associado às formas como as pessoas interagem com as outras, o quanto são comunicativas, dinâmicas e responsáveis. O fator realização está relacionado com características como o nível de organização, o quanto são persistentes e motivadas. O fator socialização refere à qualidade e como as pessoas estabelecem suas relações interpessoais e as formas de interações. O fator neuroticismo está associado às características emocionais dos indivíduos. O fator abertura está relacionado ao reconhecimento da relevância de ter novas experiências (NUNES; HUTZ, 2015).

A análise da dimensionalidade da BFP e das propriedades psicométricas das suas dimensões, segundo o manual, foi realizada a partir de uma base de dados que unificou as coletas de dados realizadas em pesquisas variadas, incluindo estudos com as escalas para a avaliação de fatores no Modelo (Extroversão, Socialização, Realização, Neuroticismo e Abertura). Foram agrupadas amostras de 18 estudos independentes, totalizando 6.599 pessoas (NUNES; HUTZ, 2015)

A BFP foi criada pelos autores Carlos Henrique Sancineto da Silva Nunes, Claudio Simon Hutz e Maiana Farias Oliveira Nunes, o seu construto de avaliação é a personalidade. Tem como público alvo adolescentes e adultos e se encontra com parecer favorável no decurso do Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (SATEPSI), desenvolvido pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) com o intuito de divulgar informações sobre a utilização dos testes psicológicos a toda comunidade de psicólogos (os). A idade de amostra para normatização do instrumento é de 10 até 75 anos. A aplicação da BFP pode ocorrer de maneira individual e coletiva. Apresenta correção não informatizada e informatizada. O teste foi aprovado pelo CFP no dia 01 de agosto do ano de 2009, tem como prazo dos estudos de normatização até 01 de agosto do ano de 2024 e prazo de validade até 01 de agosto de 2029 (SATEPSI, 2019).

2.3 A AVALIAÇÃO DA PERSONALIDADE NO CONTEXTO ESPORTIVO

A psicologia do esporte tem ganhado destaque nas últimas décadas, principalmente no Brasil, evoluindo e sendo introduzida por atletas e clubes nos centros de treinamentos e competições. Dentre os estudos na Psicologia do Esporte, destacam-se os estudos da personalidade dos atletas, que ganhou força sobretudo na década de 1960. Diversos eram os questionamentos quanto à personalidade dos atletas, sobretudo quanto à influência na escolha da modalidade esportiva, a construção e modificação do atleta no esporte, entre outros fatores (BARA FILHO; RIBEIRO, 2005).

Entretanto, a personalidade na Psicologia do Esporte ganha olhares de pesquisadores e especialistas que buscam direcionar seus estudos, visando determinar as diferenças em aspectos psicológicos de determinado grupo de atletas. Nesse sentido, os estudos têm buscado traçar o perfil do atleta competitivo, as diferenças e semelhanças entre atletas do sexo masculino e feminino, em modalidades individuais e coletivas, até mesmo entre atletas e não-atletas (BARA FILHO; RIBEIRO, 2005).

As características da personalidade de atletas são de extrema relevância para os psicólogos que atuam no contexto esportivo, pois auxiliam na compreensão das respostas dos atletas em determinadas situações dentro do esporte, podendo assim estabelecer intervenções adequadas e trabalhar habilidades psicológicas priorizando sempre o rendimento esportivo e a saúde mental do atleta. Portanto, os estudos sobre as características da personalidade atuam como facilitadores que auxiliam na construção do perfil do atleta que está em competição. Deve-se considerar que são vários os fatores que interferem diretamente na personalidade, e de certa forma, não se pode estabelecer tipos de personalidade com padrões pertinentes, pois não

existe um perfil específico que poderá garantir um bom desempenho e performance (BARA FILHO; RIBEIRO, 2005).

3 METODOLOGIA

3.1 MÉTODO

O estudo configura-se em uma pesquisa descritiva, pois tem a finalidade de descrever dados significativos de um referido fenômeno ou amostra. Essa pesquisa tem abordagem quantitativa, pois busca descrever e classificar características de uma determinada situação e/ou variáveis (RICHARDSON, 1989). A pesquisa se caracteriza como bibliográfica, baseada em dados de artigos científicos, dissertações e manuais divulgados no período de 2015 a 2019 em sites de pesquisa como LILACS, SciELO, Psycline, e quanto aos meios se classifica como estudo de campo, pois diz da participação direta com a situação estudada (GIL, 2010; MARCONI; LAKATOS, 2010).

3.2 AMOSTRA

A amostra deste estudo é composta por 25 atletas, com faixa etária mínima de 18 anos, possuindo no mínimo 5 meses de prática na modalidade e que tenha participado de pelo menos uma competição nos últimos 12 meses. Foi utilizado o critério de conveniência para a escolha dos atletas. Todos os atletas foram voluntários e além de serem submetidos a aplicação da BFP, responderam a um questionário criado pelo próprio autor, que teve como finalidade a coleta de dados sobre a experiência no esporte.

3.3 MATERIAIS E INSTRUMENTOS

Foi utilizado um teste psicológico denominado BFP – Bateria Fatorial da Personalidade, constituído de 126 itens, onde os participantes indicam seu nível de apropriação com o questionamento, sendo o valor 1 que o descreve muito mal e o valor 7 o descreve muito bem.

3.4 PROCEDIMENTO

Para a realização desta pesquisa, foi agendada com os responsáveis das academias CrossFit® uma visita para explicar os objetivos da pesquisa. Os responsáveis pelas academias entraram em contato com os atletas que atendiam aos critérios para dizer sobre a proposta do trabalho. Em seguida, foi agendada com os atletas a aplicação da BFP. Quanto à aplicação, respeitou as regras e padrões exigidos pelo manual do instrumento.

Todos os integrantes receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que evidencia os dados para a realização de uma pesquisa dentro dos protocolos da ética como participação voluntária e sem custo monetário, anonimato e sigilo. Os atletas voluntários receberam uma devolutiva descritiva dos resultados da BFP. A referida pesquisa está registrada na Plataforma Brasil.

Após a aplicação, foi realizada a correção informatizada e as interpretações do teste, seguindo as orientações do manual. A análise dos resultados foi realizada utilizando as tabelas para amostra geral. Em seguida, os dados foram tabulados no software *Excel*, e retratados em gráficos de porcentagem, possibilitando uma compreensão mais precisa dos resultados.

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

4.1 NEUROTICISMO

O fator neuroticismo refere-se ao nível crônico de ajustamento e instabilidade emocional dos indivíduos, nas facetas de vulnerabilidade, instabilidade, passividade e depressão (NUNES; HUTZ, 2015). Nesse fator 52% da amostra denota nível médio, 20% apresenta classificação alto, 12% muito alto, 8% apresentam nível baixo e por fim também com 8% nível muito baixo.

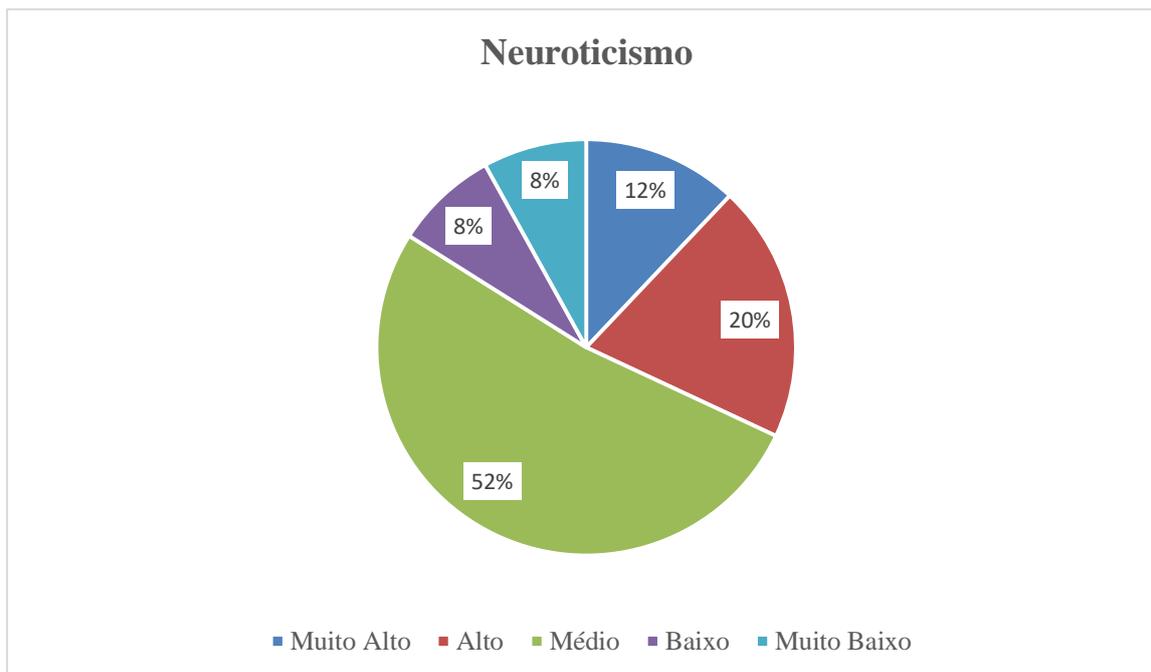


Figura 1 – Classificação dos escores bruto do fator de Neuroticismo.
Fonte: Dados da pesquisa.

Segundo Nunes e Hutz (2015) indivíduos com um alto nível de neuroticismo estão propensos a vivenciar de maneira intensa o sofrimento emocional. Pode associar também com a dificuldade para tolerar a frustração causada pela não realização de desejos. Indivíduos com baixo nível são geralmente calmos, relaxados, pacíficos e menos agitados.

Diante do resultado apresentado, em relação ao Neuroticismo, nota-se que a maioria dos atletas que estão na média, apresentam padrões de comportamentos comuns à maior parte da população, ou seja, apresentam padrões adaptativos na sociedade. Observa-se que uma parte dos atletas estão vulneráveis ao fator no que se refere ao valor alto e muito alto, considerando que podem sofrer influências do meio social, do ambiente externo ao local de treinamento e também porque a maioria dos atletas não vive apenas do esporte. Nunes e Hutz (2015) afirmam que esses indivíduos fazem avaliações negativas do ambiente, interpretando os estímulos de forma mais negativa ou ameaçadora, e podem ver ameaças, crises e problemas onde não existem, ou seja, tais comportamentos podem acabar prejudicando o seu rendimento durante uma competição.

4.2 EXTROVERSÃO

O fator extroversão está relacionado com a forma como as pessoas interagem com os outros, indicando o quanto são comunicativas, ativas e assertivas, através das facetas do nível

de comunicação, altivez, dinamismo e interações sociais (NUNES; HUTZ, 2015). Nesse fator 48% obteve classificação médio, 24% classificação muito alto, 12% classificação muito baixo, também com 12% nível baixo e, por fim, a amostra apresenta na classificação alto com 4%.

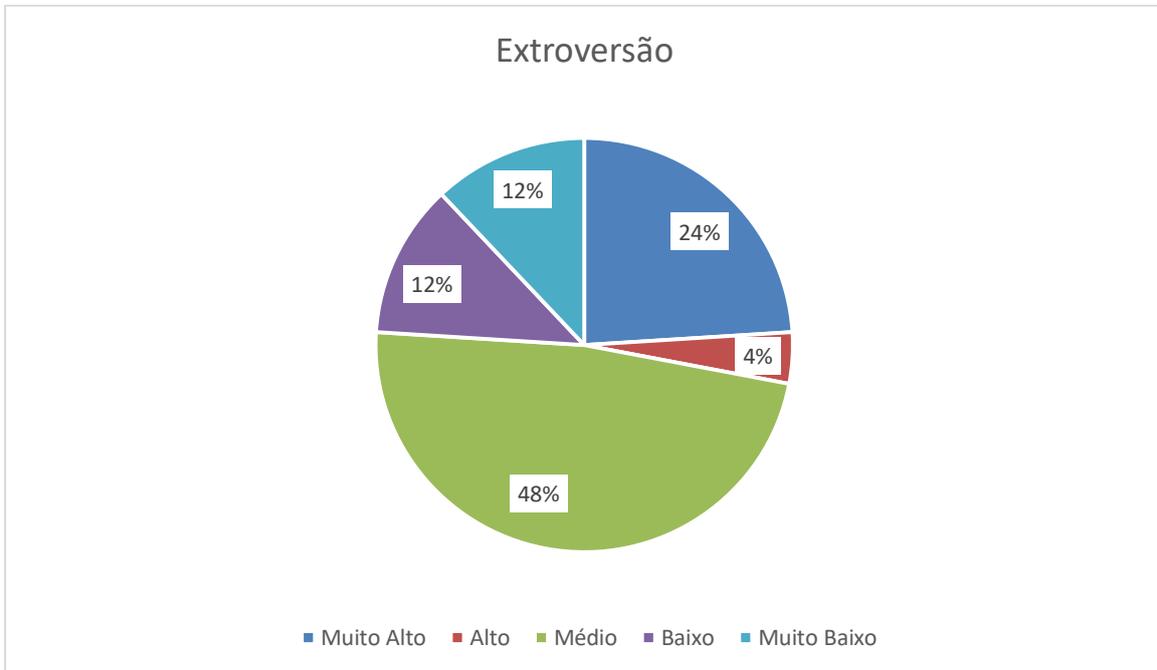


Figura 2 – Classificação dos escores bruto do fator de Extroversão.
Fonte: Dados da pesquisa.

Indivíduos em níveis altos em Extroversão tendem a ser mais sociáveis, buscam contato com outras pessoas, são pessoas ativas e externalizam suas preferências, apresentando espírito de liderança. Em contrapartida, indivíduos em níveis baixos podem apresentar comportamentos mais reservados, indiferentes, independentes e quietos (NUNES; HUTZ, 2015).

Conforme o resultado apresentado, percebe-se que a maioria dos atletas apresentam um padrão comportamental dentro da média no que se refere a Extroversão. Rabelo (2017) considera que o esporte, independente da modalidade, atua como facilitador em atividades que envolvem grupos e o contato social. Observa-se então que os atletas que estão em níveis altos, tendem a se esforçarem mais para manter contato com os outros, tem preferência por atividades grupais e envolvimento com pessoas. Os atletas que apresentaram nível baixo e muito baixo tendem a ser mais reservados, necessitam de um contato prolongado para desenvolver melhor o nível de intimidade com os demais.

4.3 SOCIALIZAÇÃO

O fator Socialização mensura as qualidades no estabelecimento das relações interpessoais, relaciona aos tipos de interações que a pessoa pode apresentar ao longo do tempo. Através das facetas pro-sociabilidade, amabilidade e confiança (NUNES; HUTZ, 2015). Nesse fator, 60% dos participantes obtiveram classificação médio, 24% nível baixo, 8% classificação muito baixo, 8% muito alto e a classificação alta finalizou com 0%.

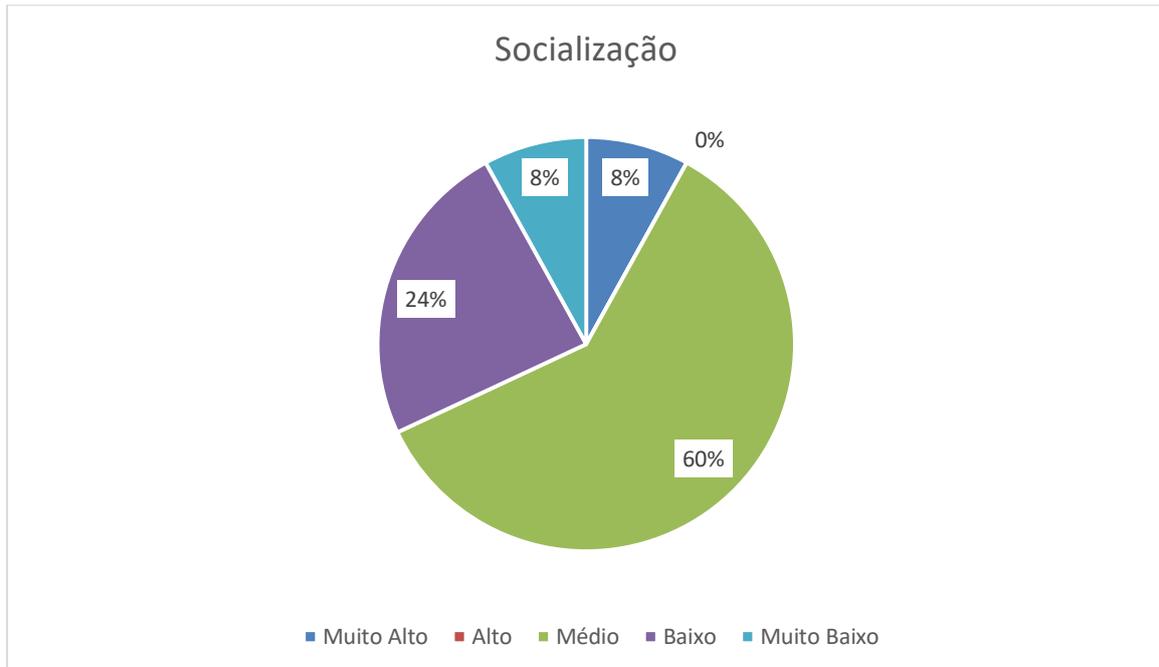


Figura 3 – Classificação dos escores bruto do fator de Socialização.
Fonte: Dados da pesquisa.

Pessoas com altos escores em Socialização tendem a ser leais, generosas, prestativas, honestas, preocupam com os demais e têm desejo de ajudar os outros. Pessoas com baixos escores tendem a desconfiar dos outros, não serem cooperativas, pessoas manipuladoras e vingativas (NUNES; HUTZ, 2015).

A partir dos resultados obtidos, percebe-se que 60% dos atletas apresentam padrões de comportamento comuns à maior parte da população, ou seja, apresentam padrões adaptativos na sociedade. Rabelo (2013) considera que o fator Socialização, no âmbito esportivo, tem relação com características que estão associadas as competições no esporte, e que podem causar um rebaixamento desse fator. Nunes e Hutz (2015) consideram que pessoas em níveis baixos em socialização são ambiciosas e pensam somente em um autobenefício. Os resultados mostram que 24% dos atletas que apresentaram níveis baixos ou muito baixo tendem a se destacar em competições individuais que participam, justamente por lutarem por interesses próprios. Importante ressaltar que os atletas que obtiveram escore baixo ou muito baixo, podem

ter dificuldades em competir em esportes coletivos, por serem pessoas não cooperativas e pensar somente em si.

4.4 REALIZAÇÃO

Esse fator descreve as características relacionadas ao nível de organização levando em consideração a persistência e motivação através das facetas de competência, ponderação e empenho. Nesse fator, 60% dos participantes obtiveram classificação em nível médio, 12% em nível muito alto, 12% em nível muito baixo, 8% em nível alto e 8% em nível baixo.

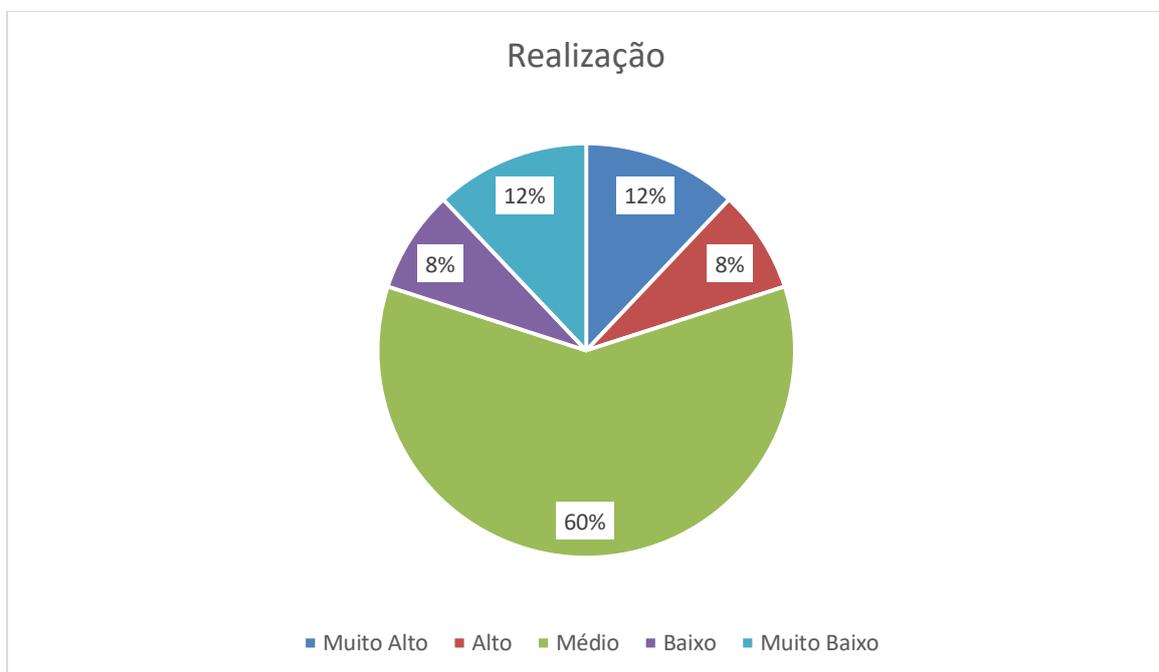


Figura 4 – Classificação dos escores bruto do fator de Realização.
Fonte: Dados da pesquisa.

Indivíduos com altos níveis tendem a buscar maneiras de realizar seus objetivos, são ambiciosas, dedicadas, confiáveis e perseverantes. Pessoas com baixos níveis tendem a apresentar pouca motivação para agir com tarefas complexas, são descomprometidas e apresentam dificuldades para se manterem em tarefas (NUNES; HUTZ, 2015)

Nunes e Hutz (2015) descrevem que o fator realização está relacionado com a motivação para o sucesso, planejamento de suas ações para uma meta, pontualidade e organização. Conforme o resultado apresentado, percebe-se que 60% dos atletas apresentam padrões de comportamento comuns à maior parte da população, ou seja, apresentam padrões que são adaptativos na sociedade. Percebe-se então que os atletas que estão em altos níveis, apresentam

uma maior motivação no que se diz respeito ao esporte, buscando formas de alcançar os seus objetivos, tendem a ser mais esforçados e dedicados ao esporte. Um fator importante e que confirma, é que a modalidade do CrossFit® proporciona aos atletas um desenvolvimento dessas habilidades que são necessárias para se obterem um melhor rendimento em competições. Importante salientar que o principal motivo de se manterem motivados é a busca incessante por excelentes resultados.

4.5 ABERTURA

Este fator está relacionado com ao reconhecimento que os indivíduos tem de se abrirem e buscarem por novas experiências e novidades, por meio das facetas de abertura a ideias, liberalismo e busca por novidades (NUNES; HUTZ, 2015). No fator Abertura, 32% dos participantes obtiveram classificação em nível médio, 4% em nível muito alto, 24% em nível muito baixo, 12% em nível alto e 28% em nível baixo.

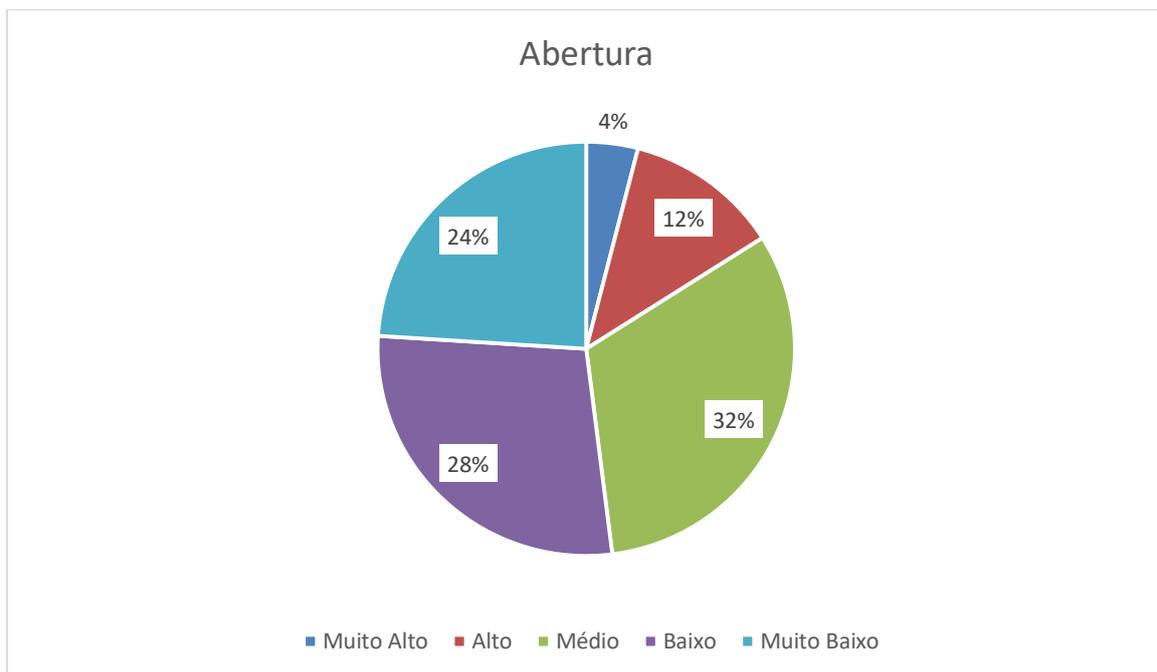


Figura 5– Classificação dos escores bruto do fator de Abertura
Fonte: Dados da pesquisa.

No fator Abertura, pessoas com altos níveis tendem a ser curiosas, imaginativas, criativas, divertem-se com nova ideias. Pessoas com baixos níveis em Abertura tendem a ser conservadoras em suas atitudes, em suas preferências, rígidas e dogmáticas (NUNES; HUTZ, 2015).

Conforme os resultados apresentados, nota-se que 32%, que corresponde a maioria dos atletas, apresentam padrões de comportamento que são comuns à maior parte da população, ou seja, apresentam padrões que são adaptativos a sociedade. Se comparados atletas que estão em nível baixo e muito baixo, pode-se afirmar que a maioria dos atletas se encontram com escore baixo no fator, ou seja, está associado as pessoas que apresentam comportamentos tradicionais, são dogmáticas, rígidas, retrógradas em suas preferências (COSTA; WIDIGER, 2002). Tratando-se de competição, é necessário que os atletas tenham uma boa estratégia para se alcançar um bom resultado, no entanto, esses atletas que apresentaram níveis baixos em Abertura podem ter um desempenho satisfatório durante as competições, por pensarem em estratégias e executar sem frustrações, dando o melhor de si.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se observar que, apesar dos estudos e pesquisas em Psicologia do Esporte estarem em alta, ainda se tem poucas pesquisas que envolvem a personalidade de atletas, ou mesmo um instrumento específico que possibilite uma avaliação psicológica em atletas. O contexto esportivo apresenta um conjunto de especificidades, seja nos esportes individuais ou coletivos, competições em equipe, contato direto ou não, e se espera de profissionais da psicologia que atuam no contexto esportivo um olhar dinâmico e que considera as características que envolvem motivações, comportamentos, competências, habilidades, sobretudo a saúde mental dos esportistas.

Sendo assim, esse estudo contribuiu para verificar e avaliar o perfil de personalidade de atletas de CrossFit® do município de Sete Lagoas/MG, sendo possível identificar as potencialidades e fragilidades dos atletas. No que se refere às características de personalidade, foram observadas que a maioria dos atletas apresentaram padrões de comportamentos que são comuns à maior parte da população, ou seja, apresentam padrões adaptativos na sociedade. No entanto, alguns fatores como Neuroticismo e Abertura chamam atenção, sendo possível perceber que alguns atletas se encontram vulneráveis no que se refere ao nível crônico de ajustamento e instabilidade emocional dos esportistas e a busca por novidades. Essa pesquisa é relevante, pois a personalidade é um construto de grande contribuição na possibilidade de potencializar o desempenho dos esportistas, a partir da subjetividade de cada um, preservando o bem-estar e a saúde mental.

Pode-se destacar dentre as limitações de pesquisa, o fato de que este estudo foi realizado somente no município de Sete Lagoas/MG, sendo preciso levar em consideração as influências

específicas do ambiente. Se faz necessário considerar também que o número de atletas participantes desta pesquisa não é uma amostra representativa da população total de atletas de CrossFit® da cidade de Sete Lagoas/MG, o que faz com que os resultados obtidos não possam ser generalizados. Outro ponto de limitação, é a baixa produção de conteúdo científico sobre o tema em questão.

Após a conclusão desta pesquisa, fica evidente a carência de outros estudos que possam contribuir nos estudos de personalidade de atletas, de modo geral, e sobretudo no CrossFit®. É indicado que em futuros trabalhos não seja realizada apenas uma testagem psicológica composta por apenas um teste psicométrico, mas sim, uma avaliação psicológica que abranja outros instrumentos, como observação, anamneses e testes projetivos.

REFERÊNCIAS

ALLPORT, G. W. **Personalidade padrões e desenvolvimento**. São Paulo: Herder; Editora da Universidade de São Paulo. 2ª. Ed. 1996

BARA FILHO, Maurício Gattás; RIBEIRO, Luiz Carlos Scipião. **Personalidade e esporte: uma revisão**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 13, n. 2, p. 101-110, 2008.

BARTHOLOMEU, Daniel; MACHADO, Afonso Antônio; SPIGATO, Flavio; BARTHOLOMEU, Luana Luz; COZZA, Heitor F. P.; MONTIEL, José M. **Traços de personalidade, ansiedade e depressão em jogadores de futebol**. Rev. bras. psicol. Esporte. São Paulo, v. 3, n. 1, p. 98-114, jun. 2010

BEZERRA, Matheus da Silva Nóbrega et al; **RELAÇÃO ENTRE MOTIVAÇÃO E PAIXÃO: UM ESTUDO EM PRATICANTES DE CROSSFIT NA CIDADE DE JOÃO PESSOA-PB**. Diálogos em Saúde, v. 1, n. 2, 2019.

CARVALHO, Lucas de Francisco; PIANOWSKI, Giselle; REIS, Ana Maria; SILVA, Rosiane Gonçalves Coelho. **PERSONALIDADE: O PANORAMA NACIONAL SOB O FOCO DAS DEFINIÇÕES INTERNACIONAIS**. *Psicol. rev. (Belo Horizonte)*, Belo Horizonte. v. 23, n. 1, p. 123-146, jan. 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682017000100008&lng=pt&nrm=iso>. acesso em 28 out. 2019. <http://dx.doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017v23n1p123-146>.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **CARTILHA AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA – 2013**. Brasília, novembro de 2013 1ª Edição Disponível em: <<http://www.cfp.org.br>> Acesso em 25 de abril de 2019.

DALFRÉ, Otávio. **CROSSFIT E AS INCIDÊNCIAS DE LESÕES: ANÁLISE CRÍTICA**. 2017. Nº39. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências do Esporte.) – Faculdade de Ciências Aplicadas. Universidade Estadual de Campinas. Limeira, 2017.

FORTUNATO, Jonatan; ROJO, Jefferson; QUITZAU, Evelise; SANTOS, Ana Carolina; MORAES E SILVA, Marcelo. **“NADA SE CRIA...”: O CROSSFIT ENQUANTO PRÁTICA CORPORAL RESSIGNIFICADA**. *Motrivivência*, Florianópolis, v. 31, n. 58, p. 1-17, maio 2019. ISSN 2175-8042. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/55291>>. Acesso em: 08 out. 2019. doi:<https://doi.org/10.5007/2175-8042.2019e55291>.

GAVA, Tainara Teixeira. **CROSSFIT: UMA ANÁLISE CRÍTICA**. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências do Esporte.) – Faculdade de Ciências Aplicadas. Universidade Estadual de Campinas. Limeira, 2016.

GIL, A C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 5ª. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GUEDES, Terezinha Aparecida et al. *Estatística descritiva. Projeto de ensino aprender fazendo estatística*, p. 1-49, 2005.

MARCONI, M de A; LAKATOS, E M. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 7ª Ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MENEZES, Rodrigo da Costa. **O forte do mercado: uma análise do mercado de fitness não convencional**. Dissertação (Mestrado em Gestão Empresarial) - FGV - Fundação Getúlio Vargas, Rio de Janeiro, 2013.

NUNES, C H; HUTZ, C S. **Bateria Fatorial da Personalidade (BFP)**. *Manual Técnico*. São Paulo: Casa do Psicólogo 2015.

RABELO, Ivan Sant'Ana. **Investigação de traços de personalidade em atletas brasileiros: análise da adequação de uma ferramenta de avaliação psicológica**. Tese (Doutorado em Pedagogia do Movimento Humano) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013. Acesso em: 2019-11-06.

RICHARDSON, Roberto Jarry. **Pesquisa social: métodos e técnicas**. São Paulo: Atlas, 1989

RUBIO, Katia. **A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa**. *Psicol. cienc. Brasília*, v. 19, n. 3, p. 60-69, 1999. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931999000300007&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 29 out. 2019.

SATEPSI. **Testes Psicológicos Favoráveis**. 2019. Disponível em: <http://satepsi.cfp.org.br/testesFavoraveis.cfm#footer>. Acesso em: 30 out. 2019.

SILVA, Izabella Brito; NAKANO, Tatiana de Cássia. **Modelo dos cinco grandes fatores da personalidade: análise de pesquisas**. *Aval. psicol. Porto Alegre*, v. 10, n. 1, p. 51-62, abr. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100006&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 out. 2019.

SILVA, Mônica d'Fátima Freires da. **A psicologia do esporte no contexto do sistema de conselhos**. *Rev. bras. psicol. esporte*, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 01-11, dez. 2007. Disponível

em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-91452007000100012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 29 out. 2019.

TIBANA, Ramires Alsamir; ALMEIDA, Leonardo Mesquita de; PRESTES, Jonato. **Crossfit® riscos ou benefícios? O que sabemos até o momento.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 23, n. 1, p. 182-185, 2015

TRENTINI, C. M., HUTZ, C. S., BANDEIRA, D. R., TEIXEIRA, M. A. P., GONÇALVES, M. T. A. & THOMAZONI A. R. **Correlações entre a EFN - Escala Fatorial de Neuroticismo e o IFP - Inventário Fatorial de Personalidade.** Avaliação Psicológica, 8(2), 209-217, 2009

VIEIRA, Lenamar Fiorese; VISSOCI, João Ricardo Nickenig; OLIVEIRA, Leonardo Pestillo; VIEIRA, José Luiz Lopes. **Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia.** Psicologia em estudo, v. 15, n. 2, p. 391-399, 2010.