

In pursuit of excellence in the adapted sport: a case study

Em busca da excelência no desporto adaptado: um estudo de caso

Tadeu Celestino^{1,2,3}, Antonino Pereira^{2,4}

¹ Agrupamento de Escolas de Nelas; ²Centro de Estudos em Educação, Tecnologia e Saúde (CI&DETS); ³Invictus Viseu – Associação Desportiva, Recreativa e Cultural; ⁴Escola Superior de Educação de Viseu – Instituto Politécnico de Viseu

Abstract

The adapted sport has gradually to take its place in cultural sports practices of society. Underlying this recognition are the achievement of excellence systematically perpetuated by disabled athletes at major sporting events such as the Paralympic Games, granting them social recognition and inclusion. However, the understanding of excellence in this context is still very incipient. Thus, the objective of this study was to identify the factors that underlie the excellence in the adapted sport, starting from the analysis of the life course of Mário Trindade Paralympic athlete. This study was developed under the paradigm of the "Life Stories" methodology. Data were collected through a semi-structured interview. We used the technique of content analysis with the software *Nvivo 11*. Thus, results analysis allows us to conclude that the excellence of this athlete is based on a set of factors, which by their primary action in the performance of excellence, are associated with deliberate practice, diversification of practice, free practice and psychological factors. On the other hand, by its secondary modeling action in the performance of excellence, we identify the socio-cultural constraints and the significant people as important modelers of excellence.

Keywords: Adapted sport, development of athletes, sporting excellence, paralympic talent.

Resumo

O desporto adaptado tem vindo paulatinamente a ocupar o seu lugar de pleno direito nas práticas culturais desportivas da sociedade. Subjacente a este reconhecimento encontram-se a realização de excelência perpetuada sistematicamente por atletas deficientes nos grandes eventos desportivos como os Jogos Paralímpicos, outorgando-lhes reconhecimento social e inclusão. Porém, a compreensão da excelência neste contexto é ainda muito incipiente. Assim, o objetivo deste estudo foi o de identificar os fatores que se encontram subjacentes à excelência no desporto adaptado, partindo da análise do percurso de vida de Mário Trindade atleta paralímpico. Este estudo desenvolveu-se sob o paradigma da metodologia das "Histórias de Vida". Os dados foram recolhidos por meio de uma entrevista semiestruturada. Recorreu-se à técnica de análise de conteúdo com o software *Nvivo 11*. Assim, análise de resultados permite-nos concluir que a excelência deste atleta se encontra alicerçada num conjunto de fatores, que pela sua ação primária a nível da performance de excelência, se encontram associados à prática deliberada, à diversificação da prática, à prática livre e aos fatores psicológicos. Por outro lado, pela sua ação modeladora secundária na performance de excelência identificam-se os constrangimentos socioculturais e as pessoas significativas como importantes modeladores da excelência.

Palavras-Chave: Desporto adaptado, desenvolvimento de atletas, excelência desportiva, talento paralímpico.

Introdução

As práticas desportivas constituem-se um fenómeno social total, reconhecido e enaltecido por uma multiplicidade e diversidade de setores sociais (Lipovetsky, 2007). Estas, na esfera social, configuram-se um importante catalisador de união ao promover a aproximação de culturas, nações, pessoas por via da sociabilidade e a sedimentação de pontos identitários de pertença, de fazer parte, isto é, de inclusão (Mariovoet, 2013).

Com efeito o Desporto, independentemente do seu âmbito ou contexto de prática, permite aos indivíduos, particularmente aqueles mais marginalizados, experienciar diversas formas de relacionamento e interação social, de igualdade e pertença. Deste modo, contraria-se as expectativas exclusivas que as sociedades tendem a sujeitar estes indivíduos (Mariovoet, 2013). Neste sentido, o desporto adaptado tem na sua génese objetivos puramente terapêuticos, recreativos e de empoderamento. Porém, por força e anseios dos seus praticantes, paulatinamente foi-se aproximando do paradigma da performance e do rendimento excecional sendo que, na atualidade, apresenta já traços característicos e identitários daquilo que é o alto rendimento desportivo e conseqüente busca da performance de excelência cujo ponto alto se materializa nos Jogos Paralímpicos (Brittain, 2010; Howe, 2008).

Este novo paradigma tem vindo a revelar-se um importante catalisador de notoriedade para o desporto adaptado na sociedade global (Marques, Marivoet, Almeida, Gutierrez, Menezes, & Nunomura, 2015; Pereira, Monteiro, & Pereira, 2011) em conseqüência do reconhecimento das capacidades e potencialidades que os indivíduos com deficiência evidenciam na sua realização pessoal e particularmente desportiva (Celestino & Pereira, 2016), como é o caso da excelência desportiva. Identifica-se, pois, um crescente de mediatização e atenção para com este sector desportivo por instituições públicas e privadas, o que constitui uma excelente possibilidade de desenvolvimento e reconhecimento social do desporto adaptado de um modo geral e dos atletas com deficiência de forma mais particular.

Subjacente a este fenómeno indiscutivelmente encontram-se as performances que os atletas com deficiência têm vindo, sistematicamente, a alcançar e que não ficam indiferentes à opinião social (Gold, & Gold, 2007; Marques, Marivoet, Almeida, Gutierrez, Menezes, & Nunomura, 2015; Pereira, Monteiro, & Pereira, 2011), e que, por sua vez, legitimam, definitivamente, o desporto adaptado de alto rendimento (Howe & Jones, 2006), e lhe confere um lugar de pleno direito nas representações de práticas desportivas na sociedade.

Assim é tácito que os desempenhos de elevada excecionalidade realizadas por atletas com deficiência proporcionam a sustentabilidade do reconhecimento social, e, por conseqüente, concorrem para o esbater dos estigmas sociais e de exclusão, para com as pessoas com deficiência que ainda subsistem na sociedade.

Desde modo, as performances de excelência tendem a ser um importante catalisador de inclusão no desporto e por vida do desporto. Por outras palavras, a excelência no desporto adaptado surge como um elo ao empoderamento das práticas desportivas adaptadas, assim como dos seus atletas, naquilo que são as representações de práticas desportivas na sociedade, conferindo-lhes um lugar de pleno direito e um meio de inclusão efetivo.

Assim, os desempenhos de alto nível catapultam estes indivíduos para uma outra dimensão ao nível do reconhecimento social.

Porém, quando abordamos a temática da excelência desportiva, cedo nos deparamos com a dificuldade conceptual que envolve o termo excelência. De facto, ao consultarmos a literatura de referência desta área de estudo depressa constatámos que em torno do termo “excelência” orbitam uma diversidade de termos que direta ou indiretamente lhe estão associados como sejam “expertise”, “eminence”, “expert performance”, alto rendimento, elite, mestria e talento, entre outros (Matos, 2014).

Não obstante, comumente, em todos eles se encontra um denominador comum que é a qualidade de ser superior comparativamente à generalidade dos indivíduos e, particularmente, em relação aos seus pares. Por seu turno, no campo do desporto, podemos assumir a excelência como uma manifestação multidimensional e multiplicativa, dinâmica, que evolui ao longo do tempo, que necessita de ser validada pelos constructos sociais e culturais e que se manifesta de forma consistente e sistemática (Celestino & Pereira, 2016).

Por conseguinte, a mesma deve ser entendida como uma manifestação que deve ser compreendida sob uma perspectiva bio-psico-axiológica, que, para além das dimensões do desempenho, encerra, igualmente, os elementos característicos associados ao indivíduo enquanto ser social e contextual transformando-se num fenómeno humano transversal a todas as formas de realização, onde se inclui também o desporto adaptado. Com efeito, o paradigma do alto rendimento e o desenvolvimento do talento desportivo e conseqüente a performance de excelência têm subjacente um longo processo de desenvolvimento até se atingir os patamares de elevada rentabilidade performativa (DePauw & Gavron, 2005). De facto, as evidências da trajetória que um atleta percorre até atingir um patamar de elevado rendimento é longo, e neste processo identificam-se um conjunto de diversos fatores e constrangimentos (Davids & Baker, 2007) que concorrem para o seu sucesso ou fracasso. Alcançar a excelência desportiva, é um desiderato desejado por muitos, mas só uma pequena parte o consegue, efetivamente, alcançar e manter (Gangé, 2007), o que confere a estes indivíduos uma singularidade e *status* único.

Esta unicidade tem sido o mote para o desenvolvimento de numerosas pesquisas que procuram identificar e compreender os mecanismos, causas e razões subjacentes ao desenvolvimento do talento e da excelência nos diferentes campos da realização humana e que se tem

traduzido da produção de uma enorme quantidade de literatura e conhecimento.

Neste sentido, existe uma boa base de consenso científico que sugere que o desenvolvimento do talento e da excelência desportiva tem na sua génese na infância e é consequência de um investimento de longo prazo (Barreiros, Côté, & Fonseca, 2013a) e exige a interação e modelação de um conjunto de fatores pessoais e contextuais (Davids & Baker, 2007; Philips, Davids, Renshaw, & Portus, 2010) colocando a compreensão da excelência numa dicotomia entre “*nature vs nurture*”, ou seja dividida entre uma perspetiva que defende que excelência tem uma raiz hereditária e outra que argumenta que a excelência é uma consequência do contexto.

Tendo por base a diversidade de fatores de uma outra perspetiva, com influência ao nível da performance desportiva, Baker e Horton (2004) propuseram apurar e distingui-los com base na sua relação e influência ao nível da performance. Assim, num primeiro grupo surgem os fatores primários, aqueles que exercem uma influência direta na performance, os quais incluem todos os elementos do próprio desportista agrupados em: 1) fatores psicológicos; 2) fatores genéticos e 3) fatores da preparação desportiva. Num segundo nível de influência surgem os fatores secundários, aqueles que exercem uma ação secundária e mediadora na relação entre as influências primárias e a performance desportiva (Baker & Horton, 2004; Leite, Santos, & Sampaio, 2012), como sejam os fatores contextuais, as características do treino, a influência do treinador ou da família, entre outros (Simón, Bustos, & Jordán, 2017).

Pese embora a compreensão acerca dos processos de desenvolvimento e fatores subjacentes à excelência no desporto dito regular, constata-se a existência de um conhecimento muito limitado acerca dos processos de desenvolvimento, assim como dos fatores determinantes da excelência desportiva no contexto do desporto adaptado (Dehghansai, Lemez, Wattie, & Baker, 2017; Houlihan & Chapman, 2016; Wattie & Baker, 2017).

Face ao exposto é importante tomar consciência que compreender a excelência no desporto adaptado necessita de uma profunda reflexão sobre o seu processo de desenvolvimento. Além disso, o mesmo aparenta ser um processo com uma maior complexidade dadas as condicionantes etiológicas e funcionais de cada deficiência e a necessidade da sua adaptação desportiva e treinabilidade, assim como de uma eventual estigmatização social face à deficiência (Celestino & Pereira, 2016).

Diversos autores, na tentativa de sintetizar a esparsa literatura que tem vindo a ser desenvolvida neste âmbito, começam, primeiramente, por identificar algumas das determinantes que se encontram subjacentes ao desenvolvimento do talento e da concretização de excelência no desporto adaptado. Neste sentido Dehghansai, et al., (2017), da análise de 21 artigos científicos, categorizam três categorias de determinantes: i) treino e prática; ii) a intervenção a curto prazo; e iii) as alterações a longo prazo em consequência do treino.

Todavia, os autores salientam que os estudos analisados facultam poucas diretrizes efetivas para o desenvolvimento desportivo adaptado uma vez que: i) não apresentam objetivamente determinantes que possa levar à especialização desportiva; ii) evidenciam escassas orientações de como os atletas poderiam implementar as intervenções de curto prazo e deste modo melhorar o seu desempenho a longo prazo; e ii) pouco revelam acerca das diretrizes e modificações essenciais no processo de treino necessárias para se alcançar as performances excecionais (Dehghansai, et al., 2017).

De um outro ponto de vista, Radtke e Doll-Tepper (2014) identificam os escassos recursos de diversa ordem (financeiros, técnicos, instrumentais,...) que subsistem no desporto adaptado de base, assim como a escassa cooperação existente entre as diversas organizações nacionais, regionais ou locais, que tutelam estas práticas desportivas, como graves constrangimentos ao desenvolvimento de modelos de promoção de talentos para a excelência.

Face ao exposto, e considerando o interesse que o desporto adaptado e a sua realização excecional têm vindo a despertar na sociedade, o seu consequente e fundamental impacto para o processo de desmitificação da deficiência e inclusão social, é pertinente desenvolver investigação que possibilite um melhor conhecimento dos seus principais intervenientes. Efetivamente, pouco se sabe quem são os atletas paralímpicos, os seus percursos, das suas interpretações sobre a forma como conseguiram alcançar o topo, a sua experiência, os seus constrangimentos, os princípios que orientam as suas ações e os significados das suas atitudes e comportamentos.

Com efeito, são homens e mulheres que vivem os seus dramas de vida de modos e em contextos diferentes, mas capazes de perseguir os seus sonhos e de alcançar os seus objetivos excecionais (Orlick, 2008), e cujos percursos de vida demonstram que o êxito se alicerça numa base de dedicação diária, de esforço e sacrifício contínuos. É neste sentido que se coloca a pertinência e a problemática deste trabalho.

Numa outra dimensão, a relevância do desenvolvimento deste estudo prende-se também com a necessidade de se desenvolver pesquisas que deem a conhecer aos treinadores, atletas, organizações tutelares e estruturas diretivas, informações acerca dos fatores e determinantes subjacentes ao desenvolvimento da excelência neste contexto desportivo, e deste modo poder potenciar e otimizar o desenvolvimento desportivo e os seus contextos de treino com base na sua compreensão.

Assim, o objetivo deste estudo foi o de identificar os fatores que se encontram subjacentes à excelência no desporto adaptado, partindo da análise do percurso de vida de um atleta paralímpico.

Metodologia

Dada a multidimensionalidade da excelência e a necessidade holística da sua compreensão, neste contexto

específico, é imprescindível desenvolver estudos mais aprofundados que examinem as diferentes dimensões do desenvolvimento da excelência (Celestino, Leitão, Sarmiento, Marques, & Pereira, 2015). Neste sentido, atendendo às diversas metodologias de investigação, as “Histórias de Vida” configuram-se um importante instrumento capaz de captar a compreensão da chave do sucesso desportivo, uma vez que nos é permitido examinar a(s) vida dos atletas, desde a sua infância e juventude, sendo assim “possível obter ideias sobre como é que eles passam o seu tempo, que experiências tiveram, e assim podemos começar a tentar encontrar explicações que nos ajudem a compreender o *porque* e o *como*, sobre os conhecimentos e técnicas que lhe proporcionaram mais tarde realizar ou criar algo que os tornaram salientes ou diferentes” (Pereira, 2002, p.120).

Participante no estudo

Este estudo foca-se no atleta paralímpico Mário Trindade, de 42 anos, praticante de atletismo adaptado na classe T52. Com base na observação da tabela 1, é possível verificar que as suas performances evidenciam não só o seu elevado nível competitivo, mas também o seu estatuto na elite desportiva nacional e internacional.

Tabela 1 - Palmarés desportivo de Mário Trindade

Evento Desportivo	Resultado
Campeonato da Europa IPC Berlim 2018	Medalha de Ouro nos 100 metros
	Medalha de Prata nos 400 metros
	4º Lugar nos 1500 metros
Campeonato do Mundo de Atletismo IPC Londres 2017	5º Lugar nos 100 metros
	8º Lugar nos 400 metros
	6º Lugar nos 100 metros
Jogos Paralímpicos Rio 2016	8º Lugar nos 400 metros
Campeonato da Europa de Atletismo IPC Itália 2016	Medalha de Prata nos 100 metros
	Medalha de Bronze nos 400 metros
Campeonato do Mundo de Atletismo IPC Qatar 2015	7º Lugar nos 100 metros
	9º Lugar nos 400 metros
Campeonato da Europa Swansea 2014	Medalha de Bronze nos 100 metros
2015	nos 100 e 400 metros
Campeão Nacional 2014	nos 100 e 400 metros
Jogos Mundiais da IWASS Stadkanaal 2013	Medalha de Bronze nos 200 metros
Recordista Nacional	100, 200 e 400 metros e meia maratona

Instrumentos

Recorreu-se ao uso de uma entrevista semiestruturada para a recolha dos dados (Bardin, 2008; Flick, 2005). O guião de entrevista foi desenvolvido com base nas seguintes etapas: i) elaboração da primeira versão do guião de entrevista tendo em consideração os objetivos do estudo, assim como a literatura disponível e as opiniões de especialistas consultados; ii) validação desta primeira versão por peritagem (3 docentes do ensino superior especializados em metodologia qualitativa); iii) análise das sugestões apresentadas pelos especialistas das quais resultam pequenos acertos no guião da entrevista; iv) realização de uma entrevista piloto com dois elementos do universo em estudo; v) reajustes em resultado da reflexão sobre estas entrevistas e resubmissão para os peritos, tendo assim resultado a versão final do guião da entrevista.

Procedimentos

Os procedimentos para a recolha dos dados tiveram o seu início através do contacto com o Mário Trindade com o intuito de explicar os propósitos e natureza do estudo. Após a anuência da sua colaboração, foi combinado o local para se proceder à realização da entrevista, que decorreu num local próximo do seu local de treino (pista de atletismo no estádio do Fontelo), na segunda semana do mês de maio de 2017. Depois do seu consentimento para a gravação da entrevista, a mesma foi conduzida pelo primeiro autor, que começou com uma breve informação geral das intenções do estudo, assim como, da recolha de informação biográfica e concluindo-se com uma exploração mais profunda dos temas em análise. A entrevista foi transcrita na íntegra pelo primeiro autor. Recorreu-se à técnica de análise de conteúdo para se proceder ao tratamento e análise da informação, tendo o sistema categorial sido construído *a priori* e *a posteriori* (Bardin, 2008). Os autores efetuaram a análise independentemente do conteúdo da entrevista procurando o maior rigor na construção do sistema categorial, procurando cumprir com a exclusão mútua, homogeneidade, pertinência, objetividade, fidelidade e produtividade (Bardin, 2008). Para o tratamento dos dados foi usado o software de análise qualitativa *QSR NVivo* (versão 11).

Resultados

Da análise do percurso de vida do nosso atleta emergem um conjunto de fatores (Figura 1 e Figura 2), quer relacionados com aspetos pessoais, quer contextuais, que se configuraram determinantes para o desenvolvimento do talento e conseqüente performance de excelência deste atleta paralímpico. Estes, surgem neste estudo como as categorias mais representativas e decisivas e encontram-se agrupados em fatores primários e secundários considerando a sua influência a nível da performance de excelência.

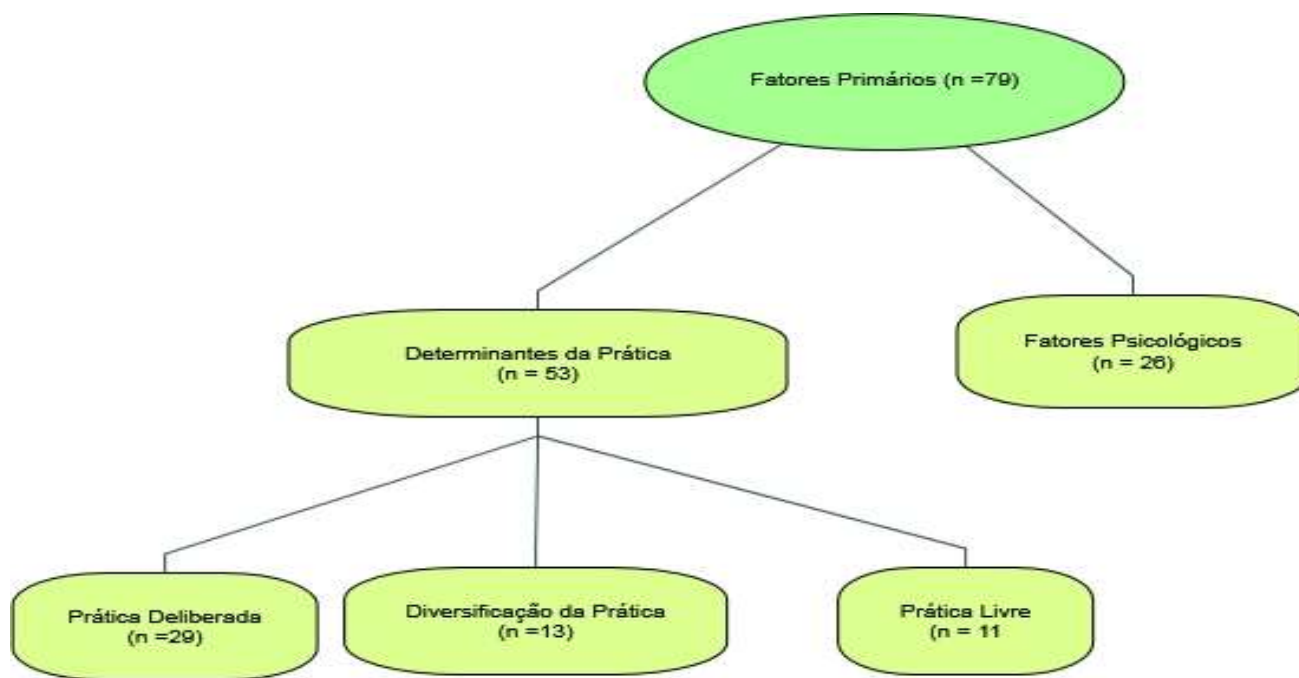


Figura 1. Representação gráfica das categorias respeitantes aos fatores primários

Fatores Primários

Da análise do percurso de desenvolvimento no nosso atleta paralímpico é possível identificar a relevância atribuída a um conjunto de fatores determinantes de natureza pessoal que pela sua ação catalisadora têm um impacto direto na performance de excelência. Entre estes, assume particular destaque as determinantes associadas à prática desportiva e ao treino, e que pela sua natureza e características próprias estão categorizados como prática deliberada, diversificação da prática e prática livre.

Prática Deliberada

Com efeito, ao longo do percurso de evolução deste atleta de elite é possível identificar uma grande dedicação e seriedade ao treino e a prática desportiva. Treino este desenvolvido com a expressa intenção de melhoria e aperfeiçoamento constante em busca da excelência, como se constata nas suas revelações.

“A Eduarda (a treinadora) mandava-me fazer treinos de séries, correr ao meu máximo numas 10 ou 15 séries. Isso para muita gente é extremamente difícil e eu inclusive saía de lá de rastos.”

“Ainda hoje tenho treinos que no final não tenho forças para sair da cadeira de competição para esta cadeira ... Isto para mim não são dificuldades, são coisas que eu tenho de fazer para atingir aquilo que eu quero.”

“... comprei uma bola de basquetebol e ia para um cesto de basquetebol que havia lá no bairro e passava horas a praticar, a lançar ao cesto. Isto para quê? Para quando chegasse aos treinos e jogos estar um pouco melhor, estar um pouco mais à frente dos meus colegas. Graças a este tipo de treino, que eu fazia sozinho era sempre jogador titular na equipa e permitiu-me, mais tarde, chegar à seleção de basquetebol em cadeiras de rodas dado ao meu empenho e dedicação de estar ali horas e horas a treinar.”

Diversificação da Prática

Outro aspeto igualmente identificado na trajetória de desenvolvimento deste atleta quer antes da lesão limitativa, quer após esta, é a experiencição e a prática intencional de uma diversidade de práticas físicas e desportivas antes da especialização propriamente dita na modalidade atual.

“O meu irmão ofereceu-me uma bicicleta de ciclismo quando tinha 14 anos e além

de fazer o atletismo comecei a praticar ciclismo.”

“Já fiz muitas atividades a nível de recreação e lazer, desde andar de slide, canoagem e orientação...”

“Depois de experimentar a cadeira de rodas que eu levei para Vila Real iniciei o atletismo em cadeira de rodas. Na altura comecei com o atletismo de cadeira de rodas, mas continuei sempre a praticar basquetebol em cadeira de rodas, ... e foi assim os meus primeiros contactos com o desporto adaptado: primeiro o basquetebol e depois o atletismo.”

Prática livre

Não menos importante, e fortemente referenciado pelo nosso atleta como um aspeto importante no seu processo de formação desportiva, foi o seu envolvimento, em etapas iniciais do seu desenvolvimento, em atividades físico-desportivas informais, com características prazerosas e gratificantes socialmente, tendo como o único intuito a diversão.

“Eu fazia desporto, mas não se pode dizer que era desporto a sério era mais praticar um desporto para me entreter.”

“Na altura, com 12 anos, falei lá com mais três amigos da turma, e formamos uma equipa de quatro amigos e começamos a participar naquelas provas populares que havia e ainda hoje há em algumas cidades, como por exemplo o 1º de maio, ou o 25 de abril. Os resultados eram bons, com alguns primeiros lugares. E foi assim até aos meus 14 anos. Era mais para me divertir.”

“Eu fazia um treino de corrida ou fazia um treino de bicicleta apenas para me entreter. Era mais por carolice, não tinha nada definido ou que me dissesse: tens que cumprir isto, ou cumprir estes objetivos. Não! Era apenas correr por gosto, por prazer e assim foi até aos meus 17 anos.”

Fatores Psicológicos

Por outro lado, e pela sua ação modeladora, impulsionadora e de prossecução da prática e do treino para o alto rendimento desportivo, é assumido e reconhecido a preponderância e influência dos fatores psicológicos ao longo deste processo de desenvolvimento da excelência. Com efeito, e como atestam as suas expressões, o atleta destaca efetivamente o papel chave

que o dito fator teve e ainda tem neste processo para a performance de excelência.

“O meu desempenho está mais ligado, ou seja, eu só estou onde estou pela parte psicológica ... pela força psicológica que eu tenho. Se olhares para mim ninguém diz que eu sou atleta. Muitas pessoas a quem eu digo que faço desporto custa-lhes a acreditar.”

“Também posso dizer que a Eduarda, a minha treinadora, é formada em psicologia e ela própria me diz que: ... tu não és atleta, a única coisa que te safa é a força psicológica que tu tens, porque senão não conseguirias estar onde tu estás...”

De entre as características psicológicas que se identificam sobressaem a resiliência, o foco e a motivação para a manutenção das performances e consecução dos objetivos.

“As características como resiliência, rigor, trabalho e dedicação ao trabalho é aquilo que me definem ... e são estas características que qualquer atleta deve ter para estar na alta competição.”

“Os requisitos necessários para manter a regularidade da excelência é a dedicação, muito espírito de sacrifício, tens que sofrer muito ... eu posso dizer que já estive em países e cidades que muita gente não conhece, mas que desejaria conhecer, e a única coisa que eu conheço são os quartos de hotel, estradas, pistas de atletismo e o aeroporto.”

“Os meus pontos fortes, são o espírito de sacrifício que tenho, por mais difícil que seja, eu não desisto. É a minha teimosia em querer alcançar algo melhor.”

Fatores Secundários

Igualmente relevante no processo de evolução deste atleta paralímpico, surgem os fatores que, pela sua ação mediadora na relação entre as determinantes pessoais e a performance de excelência, estão relacionados com os aspetos do contexto macro e micro que o envolve, aqui identificados como constrangimentos socioculturais e as pessoas significativas para o seu desenvolvimento.

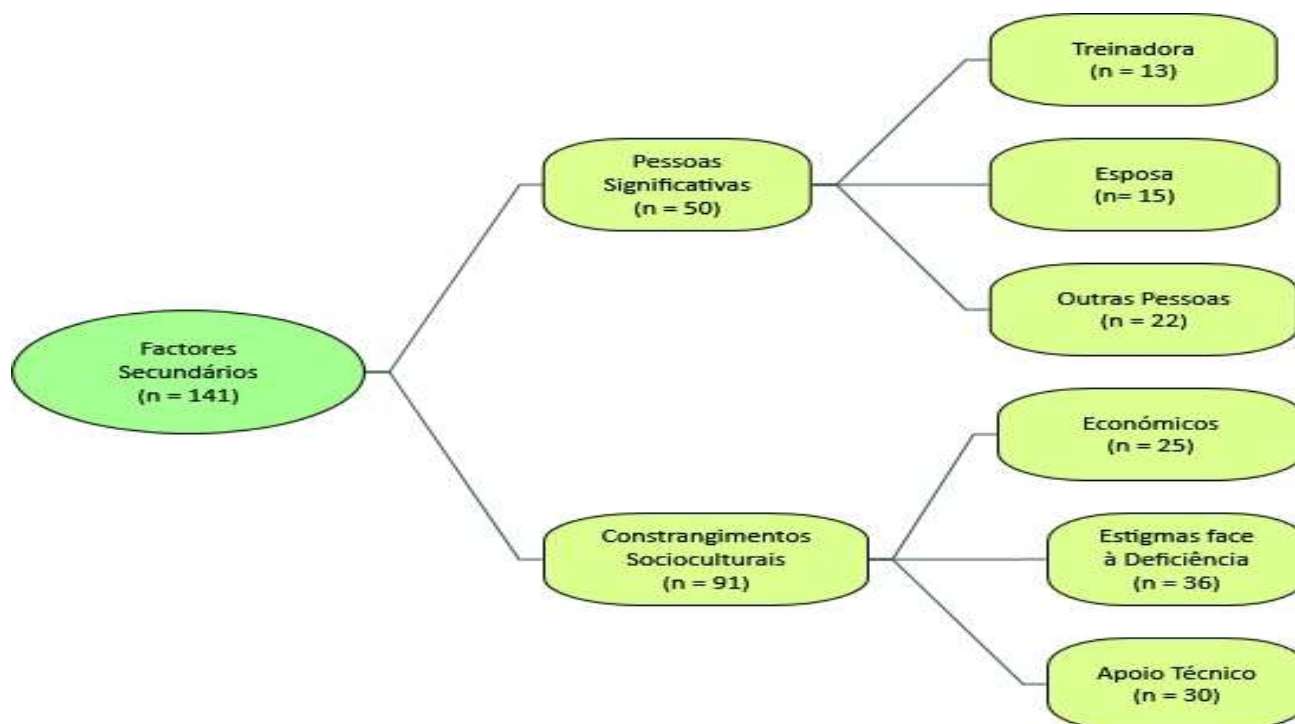


Figura 2 - Representação gráfica das categorias respeitantes aos fatores secundários

Constrangimentos Socioculturais

Os estigmas sociais que ainda se fazem denotar na sociedade para com as pessoas com deficiência, revestem-se aqui como importantes catalisadores de instabilidade emocional, anímica e motivacional do nosso atleta, assim como assumem-se como barreiras e obstáculos significativos a um pleno desenvolvimento das capacidades performativas e consequente realização de excelência.

“Ainda existe muita gente que pensa que aquilo que eu faço, de ir tardes e tardes, dias e dias, ali para a pista do Fontelo, é porque não tenho mais nada para fazer em casa. Que eu ando ali porque não tenho nada para fazer e enquanto estou ali estou entretido. Ainda tenho gente que tem este tipo de conversas e pensamentos. Uma coisa que não gosto e me custa muito é ver as pessoas a não darem valor ao trabalho que eu faço.”

“Posso dizer, também, outra dificuldade foram as pessoas em Portugal não reconhecerem o desporto adaptado, nomeadamente, o atletismo adaptado que eu pratico, como sendo um desporto de alta competição ... e ainda hoje, eu digo-o e volto a repeti-lo, o desporto adaptado não é visto como um desporto de alta competição em Portugal.”

Numa outra dimensão, identificam-se igualmente as dificuldades ao nível do apoio técnico especializado, com uma importante barreira ao desenvolvimento e à realização de excelência desportiva.

“No patamar em que eu e outros atletas estamos, na alta competição, não ter acesso a pequenas coisas como um médico, um massagista, treinador, biomecânico ou algo em que tu não tenhas de pensar,... ou que não tenhas de desembolsar do pouco dinheiro que tens para este ou outro apoio técnico ou ir a um médico, faz muita diferença.”

“O que eu senti agora no Rio 2016, logo após terminar a final dos 100 metros foi que aqueles cinco que ficaram à minha frente em nada são melhores que eu. Eles apenas tiveram acesso a melhores condições. Condições e recursos que eu não tive para me desenvolver ainda mais e poder estar, e chegar lá à frente junto com eles.”

Igualmente relevante são os constrangimentos económicos que sempre caracterizam o percurso de formação e desenvolvimento desportivo deste atleta paralímpico com refere.

“A base das dificuldades, sempre foram a falta de apoio financeiro, essa é sempre a base que falta.”

“As maiores dificuldades e barreiras sempre foram financeiras ... para conseguir ir às provas. Não eram dificuldades de não estar bem preparado, são mesmo as dificuldades para me inscrever nas provas, ou pagar um bilhete de avião... ou fazer um estágio de desenvolvimento”

Pessoas significativas

Ao longo da trajetória para a excelência desportiva, este atleta enaltece a importância do apoio perpetuado por um conjunto de pessoas, particularmente aquelas mais próximas afetivamente como são a sua esposa e a sua treinadora.

“A Teresa e a Eduarda foram e são dois dos pilares essenciais. É a elas a quem eu tenho de agradecer, primeiramente.”

“A Teresa acabou por ser o meu grande pilar nestes últimos anos. Desde 2010 até agora temos sido eu para ela e ela para mim. É uma das poucas ajudas com que eu posso contar.”

“Em Vila Real, o único apoio que tinha era a Eduarda que estava sempre comigo no treino.”

Num segundo nível de influência, mas não menos importante, identificam-se igualmente um conjunto de outras pessoas e entidades cujo atos e ações se configuraram impactantes no processo de desenvolvimento como o próprio assim sintetiza.

“... quando a reportagem foi para o ar na TV, alguém me ligou a dizer que me oferecia a cadeira rodas para eu continuar no atletismo. Assim, consegui um patrocínio para a cadeira de rodas, comprei a cadeira de rodas e aí começamos a trabalhar ainda mais, mais a sério”.

“... no último dia em que fechavam as inscrições recebi uma chamada de uma pessoa anónima a perguntar o que eu mais desejava, que estaria disposto a dar-me tudo aquilo de que eu necessitava para participar na prova.”

Discussão

O presente trabalho teve por objetivo identificar os fatores e determinantes que se encontram subjacentes ao desenvolvimento e manutenção da excelência no desporto adaptado, partindo da análise do percurso de vida de um atleta paralímpico.

Assumindo a congruência com a literatura de referência no desporto regular, estes resultados dão-nos algumas indicações relevantes para a compreensão do fenómeno da excelência no desporto adaptado.

Assim, numa primeira instância, e analisando o percurso de desenvolvimento deste atleta, infere-se a existência de três fases distintas no processo de formação desportiva deste atleta paralímpico e por nós denominadas de iniciação, desenvolvimento e vinculação.

Consta-se que, ao longo do desenvolvimento destas distintas fases se denota uma evolução no sentido do envolvimento e evolução do nível de prática. Isto é identifica-se a progressão de uma prática informal (nos primeiros anos) para uma prática mais estruturada nos anos mais recentes.

Concomitantemente, esta evolução consubstancia-se com o apoio e intervenção de outros significados catalisadores e potenciadores da excelência.

Numa análise mais particular, os resultados obtidos permitem constatar, a existência de um conjunto de fatores pessoais e contextuais determinantes/responsáveis pelo desenvolvimento do talento e da performance de excelência.

De entre estes, destacam-se os fatores associados à prática e ao treino desportivo, e que dadas as suas características e particularidades se assemelham em muito ao estipulado pela teoria da “prática deliberada”, amplamente reconhecida com um dos principais “ingredientes” para o desenvolvimento e manutenção de elevados patamares de performance desportiva (Baker & Young, 2014; Ericsson, Nadagopal, & Roring, 2009).

Efetivamente, a evidência científica no estudo do desenvolvimento da excelência tem destacado que um dos principais requisitos no processo de desenvolvimento da excelência desportiva, a dado momento, é a necessidade do comprometimento/vinculação com um processo de treino altamente estruturado, com o expresso desejo de evolução e melhoria, e no qual se incluem tarefas que não têm um carácter intrinsecamente motivantes, que exigem elevados níveis de esforço e atenção, e que não conduzem a recompensas sociais ou financeiras imediatas (Ericsson, Krampe, & Tesch-Römer, 1993).

A aplicabilidade deste requisito à excelência tem vindo a ser confirmado com atletas em diversas modalidades desportivas individuais regulares como sejam a patinagem artística, o karaté, as corridas de meio fundo ou triatlo (Leite et al., 2012; Matos, 2014).

Particularmente no contexto do desporto adaptado de alto rendimento, as representações de atletas paralímpicos enfatizam precisamente o treino estruturado como uma das prioridades para atingirem os seus objetivos competitivos. De igual forma, este treino reveste-se ainda de especial importância, particularmente naqueles atletas já com experiência competitiva ao mais alto nível (jogos paralímpicos) por forma a manter os elevados níveis de performance assim como preservar o seu status de atleta de elite de nível mundial (McLoughlin, Feckske, Castaneda, Gwin & Graber, 2017).

Outro dado relevante identificado na trajetória de desenvolvimento deste atleta paralímpico é o seu envolvimento e a prática de outras modalidades desportivas ao longo do seu percurso. Este dado foi igualmente o reconhecido por McLoughlin, et al., (2017), ao identificarem precisamente que a maioria dos atletas paralímpicos, ao longo do seu processo de formação desportiva, estiveram de alguma forma envolvidos em outras atividades desportivas antes de se especializarem num determinando desporto. Tal constatação é corroborada pela literatura no contexto do desporto regular, cujas evidências resultantes da análise retrospectiva dos processos de desenvolvimento do talento em desporto, identifica a prática e a experiência de outras modalidades desportivas como um dado comum à excelência desportiva (Baker, Côté & Albernethy, 2003; Leite, Baker & Sampaio, 2009).

Efetivamente, diversos estudos ao analisarem os percursos de desenvolvimento de atletas de elite mundial comparativamente com os percursos de desenvolvimento de atletas comuns (Baker, Côté, & Albernethy, 2003a; 2003b; Côté, Baker & Albernethy, 2003), identificam, entre outros aspetos, que os atletas de elite mundial experimentaram e estiveram envolvidos numa maior diversidade de experiências desportivas (desportos coletivos e individuais) nos períodos de desenvolvimento comparativamente aos seus colegas não elites. A este respeito, Albernethy, et al., (2005) acrescentam que a participação em diversas modalidades desportivas, facultam ao desportista a oportunidade de

desenvolvimento de capacidades transferíveis entre modalidades.

Em suma, evidências mais recentes têm vindo a corroborar que a participação em diversos desportos em fases iniciais de desenvolvimento, bem como a prática de atividades não estruturadas e informais tem um impacto importante na obtenção de elevados níveis de performance no futuro (Barreiros, Côté, Fonseca, 2013; Berry, Albernethy, Côté, 2008; Coutinho, Mesquita, Fonseca, 2016; Coutinho, Mesquita, Fonseca & Martin-Silva, 2014).

Igualmente identificado nas fases iniciais do desenvolvimento deste atleta paralímpico, antes da lesão limitativa, foi o seu envolvimento em atividades físico desportivas não estruturadas, cujo único propósito era o da recreação e a diversão.

A particularidade e relevância deste dado, para a compreensão da exceção paralímpica, ganha especial importância quando identificamos na investigação empírica mais recentemente no desporto regular evidências de que a participação em diversos desportos em fases iniciais de desenvolvimento, bem como a prática de atividades não estruturadas e informais tem um impacto importante na obtenção de elevados níveis de performance nas etapas de desenvolvimento subsequentes (Coutinho, Mesquita, Davis, Fonseca, & Côté, 2016; Coutinho, Mesquita, & Fonseca, 2016; Coutinho, Mesquita, Fonseca, & Martin-Silva, 2014; Ford, Ward, Hodges, & Williams, 2009; Berry, Albernethy & Côté, 2008; Barreiros A, Côté, & Fonseca, 2013).

No mesmo sentido, alguns estudos com atletas com deficiência adquirida salientam precisamente o facto dos desportistas terem sido fisicamente ativos antes do acidente limitativo, potencia posteriormente o envolvimento em atividades desportivas de rendimento pós lesão, comparativamente àqueles não ativos (McLoughlin, et al., 2017; Wu & Williams, 2001).

Pese embora a relevância da prática e do treino no processo de desenvolvimento da excelência, as evidências demonstram igualmente outras variáveis pessoais neste processo (Ericson et al., 2009). De entre estas destacam-se os aspetos psicológicos aqui identificados como importantes mobilizadores das capacidades inerentes à performance, e que pela sua ação potenciam as capacidades para o treino deliberado ou a obtenção de objetivos.

Deste modo, o percurso para a excelência desportiva está intimamente dependente da postura do atleta face à exigência deste processo (treino, competição). Nas ações e discurso desenvolvido por este atleta paralímpico identificam-se características psicológicas associadas à persistência, dedicação, espírito de sacrifício, ao foco e a luta pelo perfeccionismo, igualmente identificadas na literatura (Gold, Guinan, Greenleaf, Medbery, & Peterson, 1999; Gould et al., 2002; MacNamara et al., 2010; Rasquinha, Dunn, & Dunn, 2014; Williams & Krane, 2001).

Com efeito, diversos estudos destacam que subjacente ao sucesso desportivo se encontram elevados níveis de

motivação, confiança, resiliência e capacidade de superar as adversidades, entre outras (Connaughton, Hanton, & Jones, 2010; Connaughton, Wadey, Hanton, et al., 2008; Fletcher, Sarkar, 2012; Gould, Dieffenbach, & Moffett A, 2002; MacNamara et al., 2010; Orlick, Partington, 1988).

No mesmo sentido, uma das características centrais identificadas em atletas de excelência é o seu forte compromisso para com a modalidade desportiva praticada (Gould, et al., 2002; Gould & Maynard, 2009; MacNamara et al., 2010), sendo escrupulosos e rigorosos em tudo o que fazem, denotando uma busca incessante pela perfeição (Stoerber & Becker, 2008; (Stoerber et al., 2009) e pela excelência (Orlick & Partington, 1988).

Numa outra dimensão identificam-se um conjunto de fatores externos fortemente valorizados pelo nosso entrevistado, quer pela sua proximidade afetiva, quer pela influência exercida na concretização do processo de desenvolvimento da excelência.

Assim, e com um impacto significativo para o desenvolvimento da excelência, identificam-se as barreiras sociais relativas aos estereótipos e atitudes face à deficiência e ao desporto adaptado. Tal perceção foi igualmente apurada por McLoughlin, et al., (2017) em atletas paralímpicos estadunidenses, ao expressarem precisamente a sua frustração relativamente ao tratamento desigual que sentem face a outros atletas de elite sem deficiência, assim como, a falta de consciência social face ao desporto adaptado. Reforçando esta perspetiva a literatura evidencia que as atitudes e comportamentos negativos perpetuados por indivíduos sem deficiência refletem os elevados níveis de discriminação social que ainda subsistem relativamente às pessoas com deficiência (Special Eurobarometer 393, 2012), e que no contexto desportivo em Portugal se reflete particularmente na baixa cultura desportiva face ao desporto adaptado (Carvalho, 2004) e que, em última instância, limitam a efetivação plena do paradigma do desporto adaptado como prática cultural desportiva.

Paralelamente, diversos são os atletas paralímpicos que empiricamente evidenciam a falta de recursos especializados, a ausência de programas de desenvolvimento de talentos ou de treinos no desporto adaptado, assim como as dificuldades no acesso a instalações adequadas, como algumas das principais barreiras ao desenvolvimento desportivo (Jaarsma, et al., 2014; Dehghansai, et al., 2017; Saebu e Sorensen, 2011). Do mesmo modo são igualmente identificados os encargos financeiros com a participação desportiva, ou seja, despesas com equipamentos, treino, transportes, ou outro tipo de assistências indispensável para iniciar e manter a prática desportiva (Jaarsma, Geertzen, Jong, Dijkstra, & Dekker, 2014; Hutzler & Bergman, 2011; Radtke & Doll-Tepper, 2014; Wu & Williams, 2001).

Com efeito, o acesso a recursos instrumentais especializados configura ser um modelador importante quer para o desenvolvimento do talento desportivo, quer no perpetuar da performance de excelência (Lorenzo & Sampaio, 2005). A este respeito, alguns autores têm identificado que o grau de importância atribuída a uma

determinada prática ou modalidade tem uma influência preponderante no seu desenvolvimento e sucesso (Baker & Horton, 2004; Lorenzo & Sampaio, 2005), assim como no desenvolvimento e sucesso dos seus praticantes.

Efetivamente, a literatura salienta que por detrás de altos níveis de desempenho está subjacente o apoio e supervisão de outros significados a nível, informacional e tangível emocional (Bloom, 1985; Côté, 1999).

No presente estudo, muito particularmente, identifica-se primeiramente a esposa e a treinadora como elementos decisivos no apoio e influência positiva do percurso desportivo, tal como concluído por Bloom (1985) e Côté (1999).

Esta relevância aqui identificada encontra-se em sintonia com relevantes referências neste campo de estudo (Bloom, 1985; Côté, 1999; Gould et al., 2002; Holt & Dunn, 2004; Morgan & Giacobbi, 2006; Teques & Serpa, 2010), assim como no contexto do desporto adaptado onde, precisamente, a família próxima desempenha um papel imprescindível no incentivo e apoio à prática desportiva e à sua manutenção (Bragaru et al., 2015; Martin, 2006;).

Corroborando esta perspetiva, Jaarsma, et al., (2014), num estudo com 76 atletas paralímpicos identificaram que os atletas holandeses consideram o apoio da família e do cônjuge como um importante facilitador ambiental para a participação no desporto, particularmente, no que concerne ao início, manutenção e concretização da prática desportiva.

Por outro lado, e não menos importante, é o papel desempenhado pelos treinadores no desenvolvimento e condução do processo de treino para a excelência (Backer et al., 2011; Koh, Wang, Ericson & Côté, 2012), quer na definição de objetivos, promoção da motivação para o treino e competição, quer no suporte incondicional ao atleta (Keegan, Harwood, Spray & Lavallee, 2014; Koh & Wang, 2015), e que encontra igualmente paralelo no contexto do desporto paralímpico (Dehghansai, et al., 2017; Jaarsma, et al., 2014).

Neste sentido, Banack, Sabiston, & Bloom (2011) evidenciam precisamente o significativo contributo dos treinadores para o desenvolvimento de atletas particularmente a nível da motivação e persistência no desporto.

Numa dimensão mais macro, importa reforçar que apesar de pouco evidenciado pela literatura, é o apoio e incentivo prestado por outras pessoas (mecenas, admiradores) sem ligações afetivas ou profissionais aos atletas, e que cujos atos e ações de apoio emocional, económico e social se configura, por vezes, determinantes na consecução de objetivos competitivos.

Conclusão

A mudança paradigmática que assiste no desporto adaptado tem promovido ao empoderamento daquilo que é o desporto adaptado de alto rendimento e muito particularmente os seus atletas. Com efeito, os

desempenhos de excelência, as constantes performances de alto nível em grandes eventos desportivos de massas como são as Olimpíadas, têm sido o mote para a promoção do debate e a busca de um melhor entendimento acerca das potencialidades e capacidades das pessoas com deficiência na sociedade e que, em última instância, se têm vindo a materializar em experiências positivas de inclusão.

Os dados obtidos neste estudo permitem-nos concluir que o percurso de desenvolvimento deste atleta paralímpico rumo à excelência desportiva alicerça-se na pertinência do seu envolvimento numa diversidade de práticas ao longo das diferentes etapas da sua vida. Pertinência esta que se reveste de especial importância dada a transferibilidade e perpetuidade destas experiências ao longo do tempo. No mesmo sentido, a estruturação da prática bem como a sua orientação e supervisão técnica configura-se um dado imprescindível e diferenciador para a obtenção da excelência neste contexto.

Conclui-se também ser imprescindível que este processo esteja enquadrado numa estrutura de apoios diversos, quer seja num contexto mais micro onde se envolvem pessoas significativas, quer seja num contexto mais macro onde se incluem estruturas e entidades com capacidade decisória na mitigação e eliminação das barreiras e constrangimentos que ainda subsistem na sociedade e na cultura desportiva face ao desporto para pessoas com deficiência.

Por outro lado, reconhece-se que a formação/educação deste indivíduo excepcional se encontra intimamente alicerçada num conjunto de valores tais como o respeito, o desapego, a bondade, a fraternidade e a honestidade, características que moldam e fortalecem o seu carácter e lhe permitem desenvolver um conjunto de atributos psicológicos que se revelam cruciais para suplantar dificuldades associadas à manutenção dos níveis de comprometimento para com a excelência.

Estes resultados dão-nos ainda algumas indicações relevantes para a compreensão do fenómeno da excelência no desporto adaptado. Por conseguinte, o conhecimento destes fatores pode ser um bom contributo para a imprescindível e necessária estruturação do desenvolvimento desportivo no contexto do desporto adaptado em Portugal, com vista à deteção, desenvolvimento e formação de atletas deficientes para a excelência desportiva.

Convém realçar que pesquisas futuras deverão ter em consideração a multifatorialidade subjacente à excelência desportiva, a diversidade de deficiências e perfis de funcionalidade associados, bem como a variedade das práticas desportivas e consequente adaptação, exigindo uma especificidade na sua análise. Por outras palavras, esta análise deve revestir-se primeiramente do estudo por deficiência e incapacidade por forma a criar um bom *corpus* de estudo e uma melhor efetivação da extrapolação dos resultados.

Numa outra perspetiva, as limitações decorrentes da escassa evidência científica que se observam neste contexto em particular, bem como o carácter exploratório deste estudo revestem-se de especial significado para os

autores. Neste sentido, esta investigação motiva-nos para a realização de futuras pesquisas acerca da unicidade destes indivíduos, ainda pouco explorada neste contexto desportivo, e assim poder contribuir para a compreensão da excelência, mas, particularmente, potenciar as virtualidades e capacidades dos seus protagonistas com vista à desmistificação da deficiência na cultura desportiva e assim promover a plena inclusão no e pelo desporto.

Referências

- Abernethy, B., Baker, J., & Côté, J. (2005). Transfer of pattern recall skills may contribute to the development of sport expertise. *Applied Cognitive Psychology*, 19(6), 705-718. doi.org/10.1002/acp.1102
- Backer, M., Boen, F., Ceux, T., Cuyper, B., R., Callens, F., Fransen, K., & Broek, G. (2011). Do perceived justice and support of the coach predict team identification and cohesion? Testing their relative importance among top volleyball and handball players in Belgium and Norway. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 192-201. doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.09.009
- Banack, H., Sabiston, C., & Bloom, G. (2011). Coach autonomy support, basic need satisfaction, and intrinsic motivation of Paralympic athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82, 722-730. doi:10.1080/02701367.2011.10599809
- Baker, J., & Horton, S. (2004). A review of primary and secondary influences on sport expertise. *High Ability Studies*, 15(2), 211-228. doi.org/10.1080/1359813042000314781
- Bardin, L. (2008). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Baker, J., & Young, B. (2014). 20 years later: Deliberate practice and the development of expertise in sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 135-157. doi.org/10.1080/1750984X.2014.896024
- Baker, J., Côté, J., & Abernethy, B. (2003a). Sport-specific practice and the development of expert decision-making in team ball sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(1), 12-25. doi.org/10.1080/10413200305400
- Baker, J., Côté, J., & Abernethy, B. (2003b). Learning from the experts: practice activities of expert decision makers in sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(3), 342-347. doi.org/10.1080/02701367.2003.10609101
- Barreiros, A., Côté, J., & Fonseca, A.M (2013a). Sobre o desenvolvimento do talento no desporto: um contributo dos modelos teóricos do desenvolvimento desportivo. *Revista de Psicologia del Deporte*, 22(2), 489-494.

- Barreiros, A., Côté, J., & Fonseca, A.M. (2013b). Training and psychosocial patterns during the early development of Portuguese national team athletes. *High Ability Studies*, 24(1), 49-61. doi.org/10.1080/13598139.2013.780965
- Berry, J., Abernethy, B., & Côté, J. (2008). The contribution of structured practice and deliberate play to the development of expert perceptual and decision-making skill. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(6), 685-708. doi.org/10.1123/jsep.30.6.685
- Bloom, B. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine.
- Brittain, I. (2010). *The Paralympic Games Explained*. New York: Routledge.
- Bragaru, M., Dekker, R., Dijkstra, P., Geertzen, J., & Van der Sluis, C. (2015). Sports participation of individuals with major upper limb deficiency. *British Journal of Sports Medicine*, 49(5), 330-334. doi.org/10.1136/bjsports-2012-091890
- Celestino, T., Leitão, J., Sarmento, H., Marques, A., & Pereira, A. (2015). The Road to excellence in Orienteering: an analysis of elite athletes' life stories. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 178. doi:10.7752/jpes.2015.02028
- Celestino, T., & Pereira, A. (2016). The formation and development of the adapted sports: a proposal for intervention. *Revista Científica da FPDD*, 2(1), 23-32.
- Connaughton D, Hanton S, & Jones, G. (2010). The development and maintenance of mental toughness in the world's best performers. *Sport Psychol*, 24(2), 168-93. doi.org/10.1123/tsp.24.2.168
- Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., & Jones, G. (2008). The development and maintenance of mental toughness: perceptions of elite performers. *Journal of Sport Sciences*, 26(1), 83-95.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13(4), 395-417. doi.org/10.1080/02640410701310958
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2003). From play to practice: A developmental framework for the acquisition of expertise in team sports. In J.L. Starkes e K.A. Ericsson (Eds.), *Expert performance in sports* (89-114). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Coutinho, P., Mesquita, I., Fonseca, A. M. & De Martin-Silva, L. (2014). Patterns of sport participation in Portuguese volleyball players according to expertise level and gender. *International Journal of Sport Science & Coaching*, 9(4), 579-592. doi.org/10.1260/1747-9541.9.4.579
- Coutinho, P., Mesquita, I., Davids, K., Fonseca, A. M., & Côté, J. (2016). How structured and unstructured sport activities aid the development of expertise in volleyball players. *Psychology of Sport & Exercise*, (25), 51-59. doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.04.004
- Coutinho, P., Mesquita, I., Fonseca, A.M. (2016). Talent development in sport: A critical review of pathways to expert performance. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 11, (2), 279-293. doi.org/10.1177/1747954116637499
- Davids, K., & Baker, J. (2007). Genes, environment and sport performance. Why the nature-nurture dualism is no longer relevant. *Sports Medicine*, 37(11), 961-980.
- Dehghansai, N., Lemez, S., Wattie, N., & Baker, J. (2017). A systematic review of influences on development of athletes with disabilities. *Adapted physical activity quarterly*, 34(1), 72-90. doi.org/10.1123/APAQ.2016-0030
- DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (2005). *Disability sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Ericsson, K. A., Nandagopal, K., & Roring, R. (2009). An expert performance approach to the study of giftedness. In L. Shavinina (Ed.), *International Handbook on Giftedness* (pp.129-153). Netherlands: Springer.
- Ericsson, K. A., Krampe, R., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363-406.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. A. (2012). Grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychol Sport Exercise*, 13(5), 669-78. doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.007
- Flick, U. (2005). *Métodos qualitativos na investigação científica*. Lisboa: Monitor.
- Ford, P., Ward, P., Hodges, N., & Williams, A. M. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: The early engagement hypothesis. *High Ability Studies* 20(1), 65-75. doi.org/10.1080/13598130902860721
- Gagné, F. (2007). Ten commandments for academic talent development. *Gifted Child Quarterly*, 51(2), 93-118. doi.org/10.1177/0016986206296660
- Gold, J. R., & Gold, M. M. (2007). Access for all: the rise of the Paralympic Games. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 127(3), 133-141. doi.org/10.1177/1466424007077348
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204. doi.org/10.1080/10413200290103482
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., Medbery, R., & Peterson, K. (1999). Factors affecting Olympic performance: Perceptions of athletes and coaches from more and less successful teams. *The Sport Psychologist*, 13, 371-394. doi.org/10.1123/tsp.13.4.371

- Gould, D., & Maynard, I. (2009). Psychological preparation for the Olympic Games. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1393-1408. doi.org/10.1080/02640410903081845
- Houlihan, B., & Chapman, P. (2016). Talent identification and development in elite youth disability sport. *Sport in Society*, 20, 107-125. doi.org/10.1080/17430437.2015.1124566
- Holt, N. L., & Dunn, J. G. (2004). Toward a grounded theory of the psychosocial competencies and environmental conditions associated with soccer success. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(3), 199-219. doi.org/10.1080/10413200490437949
- Howe, P. D. (2008). From Inside the Newsroom Paralympic Media and the 'Production' of Elite Disability. *International Review for the Sociology of Sport*, 43(2), 135-150. doi.org/10.1177/1012690208095376
- Howe, P. D., Jones, C. (2006). Classification of Disabled Athletes: (Dis) Empowering the Paralympic Practice Community. *Sociology of Sport Journal* 23, 29-46. doi.org/10.1123/ssj.23.1.29
- Hutzler, Y., & Bergman, U. (2011). Facilitators and barriers to participation while pursuing an athletic career. *Therapeutic Recreation Journal*, 45, 1-16.
- Jaarsma, E. A., Geertzen, J. H., Jong, R., Dijkstra, P. U., & Dekker, R. (2014). Barriers and facilitators of sports in Dutch Paralympic athletes: An explorative study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(5), 830-836. doi.org/10.1111/sms.12071
- Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., & Lavalley, D. E. (2014). A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 97-107. doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.006
- Koh, K., & Wang, C. (2015). Gender and type of sport differences on perceived coaching behaviours, achievement goal orientations and life aspirations of youth Olympic games. Singaporean athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(2), 91-103. doi.org/10.1080/1612197X.2014.932820
- Leite, N., Baker, J., & Sampaio, J. (2009). Paths to expertise in Portuguese national team athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 8(4), 560-566.
- Leite, N., Santos, S., & Sampaio, J. (2012). *Preparação desportiva a longo prazo: uma abordagem multifatorial*. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal. Ensaio sobre a sociedade do hiperconsumismo*. Lisboa: Edições 70.
- MacNamara, A., Button, A., & Collins, D. (2010). The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance part 1: Identifying mental skills and behaviors. *The Sport Psychologist*, 24, 52-73. doi.org/10.1123/tsp.24.1.52
- Mariovoet, S. (2013) Inclusão Social no desporto. Um desafio do século XXI. In P. M. Pinto (Coord), *Olímpico: Os jogos num percurso de valores e de significados*, (pp.91-98). Porto: Edições Afrontamento.
- Marques, R. R., Marivoet, S., Almeida, M. D., Gutierrez, G. L., Menezes, R. P., & Nunomura, M. (2015). A abordagem mediática sobre o desporto paralímpico: perspetivas de atletas portugueses. *Motricidade*, 11(3), 123-147. doi.org/10.6063/motricidade.4704
- Marques, R. R., & Gutierrez, G. L. (2014). *O esporte paralímpico no Brasil: profissionalismo, administração e classificação de atletas*. São Paulo: Phorte Editora.
- Martin, J. (2006). Psychosocial Aspects of Youth Disability Sport. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 23, 65-77. doi.org/10.1123/apaq.23.1.65
- Matos, D. (2014). *A excelência no desporto: estudo da arquitetura psicológica de atletas de elite portugueses*. Lisboa: Coisas de Ler.
- McLoughlin, G., Weisman Fecske, C., Castaneda, Y., Gwin, C., & Graber, K. (2017). Sport participation for elite athletes with physical disabilities: Motivations, barriers, and facilitators. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 34(4), 421-441. doi.org/10.1123/apaq.2016-0127
- Morgan, T. K., & Giacobbi, P. (2006). Towards two grounded theories of the talent development and social support process of highly successful collegiate athletes. *The Sport Psychologist*, 20(3), 295-313. doi.org/10.1123/tsp.20.3.295
- Orlick, T. (2008). *In pursuit of excellence* (4th Edition). U.K. Human Kinetics.
- Orlick, T., & Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *Sport Psychol*, 2, 105-30. doi.org/10.1123/tsp.2.2.105
- Phillips, E., Davids, K., Renshaw, I., & Portus, M. (2010). Expert performance in sport and the dynamics of talent development. *Sports Medicine*, 40(4), 271-283.
- Pereira, A. (2002). *A excelência profissional em educação Física e Desporto em Portugal: Perfil a partir de sete histórias de vida*. Viseu: Instituto Superior Politécnico de Viseu.
- Pereira, O., Inês, M., & Pereira, A. L. (2011). A visibilidade da deficiência: uma revisão sobre as representações sociais das pessoas com deficiência e atletas paraolímpicos nos media impressos. *Sociologia*, 22, 119-217.

- Radtke, S. & Doll-Tepper, G. (2014). *A cross-cultural comparison of talent identification and development in Paralympic sports*. Cologne, Germany: Sportverlag.
- Rasquinha, A., Dunn., J., & Dunn, J. (2014). Relationships between perfectionistic strivings, perfectionistic concerns and competitive sport level. *Psychology of Sport and Exercise, 15*, 659-667. doi:10.1016/j.psychsport.2014.07.008
- Saebu, M., Sorensen, M. (2011). Factors associated with physical activity among young adults with a disability. *The Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 21*, 730-738. doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01097.x
- Simón Piqueras, J. A., Fernández Bustos, J. G., & Contreras Jordán, O. R. (2017). Diseño y validación de un cuestionario de autopercepción de la excelencia en el deporte. *Retos Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 31*, 58-63.
- Special Eurobarometer 393 (2012). *Discrimination in the EU in 2012 Report*. European Commission.
- Starkes, J. L., Deakin, J. M., Allard, F., Hodges, N. J., & Hayes, A. (1996). Deliberate practice in sports: What is it anyway? In K. A. Ericsson (Ed.), *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts, sciences, sports and games* (pp. 81–106). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Stoeber, J., & Becker, C. (2008). Perfectionism, achievement motives, and attribution of success and failure in female soccer players. *International Journal of Psychology, 43*(6), 980-987. doi.org/10.1080/00207590701403850
- Stoeber, J., Stoll, O., Salmi, O., & Tiikkaja, J. (2009). Perfectionism and achievement goals in young Finnish ice-hockey players aspiring to make the under-16 national team. *Journal of sports sciences, 27*(1), 85-94. doi.org/10.1080/02640410802448749
- Teques, P., & Serpa, S. (2010). Talentos no futebol: O papel dos pais. In C. Nogueira, I. Silva, L. Lima, A. T. Almeida, R. Cabecinhas, R. Gomes, C. Machado, A. Maia, A. Sampaio & M. C. Taveira (Eds.), *Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia* (pp.1962-1976).
- Wattie, N., & Baker, J. (2017). Why conceptualizations of talent matter: Implications for skill acquisition and TID. *The Routledge Handbook of Talent Identification and Development*. London: Routledge.
- Williams, J. M., & Krane, V. (2001). Psychological characteristics of peak performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (4th ed., pp. 137-147). Mountain View, CA: Mayfield.
- Wu, S.K., & Williams, T. (2001). Factors influencing sport participation among athletes with spinal cord injury. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 33*, 177–182. doi:10.1097/00005768-200102000-0D.