



Abandono da prática competitiva na transição para o ensino superior

Estudo realizado com estudantes da Universidade do Porto

Dissertação apresentada para obtenção do 2º ciclo em Treino Desportivo, especialização em Treino de Jovens, pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-lei nº74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018, de 16 de agosto.

Orientadora: Professora Doutora Susana Maria Soares

Coorientadora: Professora Doutora Catarina Maria Simões da Costa Santos

Lígia Vanessa Costa Rodrigues

Porto, setembro de 2024

Rodrigues, L. (2024). Abandono da prática competitiva na transição para o ensino superior. Estudo realizado na Universidade do Porto. Porto: Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Treino Desportivo, especialidade Treino de Jovens, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: **COMPETIÇÃO,** **UNIVERSIDADE,** **TRANSIÇÃO,**
ABANDONO.

Agradecimentos

Obrigada à minha orientadora Professora Susana Soares, ficou com um lugar especial no meu coração. Obrigada pela sua assertiva, a sua exigência, a sua compreensão, a sua paciência, a sua orientação, e as suas palavras. Não podia ter pedido melhor orientadora e escrevo isto de coração cheio. Depois de um ano tão desafiante como tive (quer a nível pessoal, como profissional), se não tivesse tido um acompanhamento tão profissional e ao mesmo tempo tão humano, como o que me proporcionou, não teria conseguido chegar até aqui. O seu apoio foi imprescindível para o meu sucesso. OBRIGADA de coração por tudo.

Obrigado à minha coorientadora Professora Catarina, pela rápida resposta e correção ao longo do processo.

Também gostaria de agradecer ao meu Diretor Técnico o Fábio. Obrigada pela tua prontidão durante este último ano, por me apoiares sempre que foi preciso agilizar o calendário de trabalho. Apoias, és compreensivo e sempre disposto a ajudar em tudo. Obrigado pelo apoio, és um exemplo de líder.

À minha MÃE, obrigada por, mesmo depois de um ano tão desafiante na nossa vida, de tantos altos e baixos, ainda assim, seres a melhor mãe que podia ter. Que ano...Amo-te.

Obrigado aos meus avós (Jacinta e Fernando), que são os meus maiores fãs. Mesmo quando falho, são os que me chamam à razão, mas também os que me amam incondicionalmente. Nos momentos mais difíceis, foram vocês que me deram o ombro onde pude descansar e recuperar energias.

Obrigada à minha tia Marta, por me ouvir, por insistir comigo, por me fazer agir, mas também por todo o amor que me deu. És a melhor tia que podia ter pedido.

Obrigada às melhores amigas do mundo, que me chamaram à atenção quando tinha de ser, mas que também nunca duvidaram de mim. Que me fizeram sentir mais confiante, mais capaz, mais reativa e ao mesmo tempo mais segura. Obrigada pelos incríveis 12 anos de amizade, obrigada por nunca duvidarem de mim, obrigada por me dizerem o que precisava de ouvir (o bom e o mau), obrigada por TUDO “Taluguinhas”.

Índice geral

Índice de Tabelas	5
Resumo	6
Abstract	7
1. Introdução.....	8
2. Revisão da literatura.....	10
3. Objetivo geral	13
3.1. Objetivo específico.....	13
4. Material e métodos	13
4.1. Amostra	13
4.2. Instrumentos e procedimentos	14
4.3. Procedimentos estatísticos	16
5. Resultados	17
6. Discussão	21
7. Conclusão.....	25
8. Considerações finais e sugestões para estudos futuros	25
8.1. Limitações do estudo	25
8.2. Sugestões para estudos futuros.....	25
8.3. Implicações para a prática.....	26
9. Bibliografia	28

Índice de Tabelas

Tabela I. Número total de estudantes do 1º ano do 1º ciclo de ensino, por faculdade e por sexo.....	14
Tabela II. Caracterização antropométrica dos estudantes do 1º ano do 1º ciclo de estudos, por faculdade e por sexo.	14
Tabela III. Percentagem (%) e número (n) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que no ano de acesso ao ensino superior praticava desporto de competição.....	17
Tabela IV. Percentagem (%) e número (n) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que, à entrada para o ensino superior, abandonou a prática competitiva.	18
Tabela V. Taxa (%) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que, à entrada para o ensino superior, abandonou a prática competitiva.	18
Tabela VI. Percentagem (%) e número (n) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que, à entrada para o ensino superior, praticava desporto de competição (P1) e que abandonou a prática (P2).	19
Tabela VII. Comparação da prática de desporto de competição (P1) dos estudantes de Desporto, Engenharia e Belas-Artes à entrada para o ensino superior.....	19
Tabela VIII. Comparação do abandono prática de desporto de competição (P2) pelos estudantes de Desporto, Engenharia e Belas-Artes à entrada para o ensino superior. ..	20
Tabela IX. Motivos indicados pelos estudantes para o abandono da prática desportiva, que, tendo acontecido no momento da entrada para o ensino superior, não se relacionam com a mesma.....	20
Tabela X. Motivos indicados pelos estudantes para o abandono da prática desportiva relacionados com o momento da entrada para o ensino superior.	21

Resumo

Os interesses dos jovens mudam durante a transição da adolescência para a idade adulta, momento em que também pode ocorrer a mudança ou abandono da prática desportiva de competição. A falta de tempo, a dedicação a outras atividades não relacionadas com a prática desportiva e a fadiga parecem ser os principais fatores para os jovens abandonarem essa prática. Parte deste abandono parece ocorrer no momento da entrada para o ensino superior, sendo importante conhecer a natureza e grandeza do mesmo e os motivos que o espoletam neste momento específico. O presente estudo teve como objetivo estudar e quantificar o abandono da prática desportiva no momento da entrada para o ensino superior e identificar os motivos que lhe estão subjacentes, considerando o género dos atletas e a área de estudo. A amostra foi constituída por 216 estudantes do 1º ano do 1º ciclo de estudos de três faculdades da Universidade do Porto (Desporto, Engenharia e Belas Artes). Os estudantes responderam a um questionário desenvolvido no âmbito do projeto internacional “How Young People in Europe Move?” (HYPEM). Dentro das variáveis que compõe o questionário original foram consideradas para análise o sexo, idade, altura, massa corporal e prática competitiva, bem como se analisaram as respostas a duas perguntas abertas que se adicionaram ao mesmo (modalidade desportiva de cuja competição o estudante desistiu no momento da entrada para o ensino superior e respetivos motivos). A análise revelou diferenças entre faculdades. A Faculdade de Desporto registou a maior percentagem de praticantes de desporto de competição à entrada para o ensino superior (41,6%), enquanto a de Belas Artes apresentou a maior taxa de abandono (100 e 90.91% para o sexo masculino e feminino, respetivamente). Não se verificaram associações entre o sexo e o abandono. As principais razões para o abandono foram "desinteresse", "falta de tempo" e "deslocalização". Os resultados sugerem a necessidade de preparação do momento da entrada para o ensino superior, antecipando a resolução de alguns problemas que os estudantes possam ver como barreiras à conciliação das carreiras desportiva e académica e que os possam levar a desistir antes de a tentarem.

Abstract

Young people's interests change from adolescence to adulthood, when they may also alter or abandon competitive sport. Lack of time, dedication to other activities unrelated to sport, and fatigue are the main factors that cause young people to give up sports. Part of this abandonment occurs at the time of entry into higher education, and it is essential to know the nature and scale of this abandonment and the reasons that triggered it at this specific time. This study aimed to quantify the drop-out rate from sport when entering higher education and to identify the reasons behind it, taking into account the gender of the athletes and the field of study. The sample consisted of 216 first-year students from three faculties at the University of Porto (Sports, Engineering, and Fine Arts). The students answered a questionnaire developed as part of the international project 'How Young People in Europe Move?' (HYPEM). Within the variables that make up the original questionnaire, gender, age, height, body mass, and competitive practice were considered for analysis, as well as the answers to two open questions that were added to the questionnaire (sporting discipline from which the student withdrew at the time of entering university and the reasons for this). The analysis revealed differences between faculties. The Sports Faculty had the highest percentage of competitive sports practitioners on entry to higher education (41.6%), while the Fine Arts Faculty had the highest dropout rate (100 and 90.91% for males and females, respectively). There were no associations between gender and dropping out. The main reasons for dropping out were 'lack of interest', 'lack of time', and 'relocation.' The results suggest the need to prepare for entry to higher education, resolving some problems that students may see as barriers to reconciling their sporting and academic careers, which may lead them to give up before trying.

1. Introdução

O abandono do desporto de competição é um acontecimento preocupante, pelo que a sua caracterização e a determinação dos fatores que o desencadeiam constitui uma importante área de estudo e investigação. O abandono agrega consequências negativas não só para o próprio indivíduo (Battaglia et al., 2024; MacCosham et al., 2015), como também para o desporto em *latu sensu*. A interrupção das carreiras desportivas pode implicar a falta de presença visível e consistente dos países nas competições internacionais de topo, obrigando os comités olímpicos a gerir políticas de fidelização de atletas, tais como a promoção de projetos de orientação de carreiras duais, um tema de investigação muito atual e com uma produção científica muito relevante.

Os estudos desenvolvidos na área do abandono abarcam populações diversas, sendo frequentes os adolescentes [e. g. Lagestad (2019)] e os jovens adultos [e. g. Salguero et al. (2003)]. Direccionam-se não só para diferentes grupos etários, como consideram as diferenças sexuais, focando-se na caracterização do abandono e nos fatores que o desencadeiam. A literatura em geral sobre os motivos do abandono tem mostrado que a falta de equilíbrio entre o desporto e outros aspetos da vida parece ser determinante na decisão de término da carreira (MacCosham et al., 2015). A psicologia tem sugerido que atletas com motivação mais orientada para o ego, reforçada pelos seus treinadores e pares, e uma baixa autoperceção de capacidade, estão também mais predispostos para o abandono (Cervelló et al., 2007). Guzmán & Kieran (2012) perceberam que à medida que os atletas envelhecem, a motivação autodeterminada e a intenção de prática diminuem. No caso particular do sexo feminino, a literatura aponta a falta de sucesso, restrições de tempo e a relação com o treinador como obstáculos à continuação da prática, variando a importância de cada fator com a idade e o tipo de desporto (Orbach et al., 2021).

O abandono pode acontecer em qualquer momento da carreira de um atleta ou num período específico de transição. Um dos períodos de transição marcantes é a entrada na universidade, dada a previsível dificuldade de conciliação do treino/competição com o estudo, o que pode desencadear o abandono de uma das ocupações (Miro et al., 2018). Curiosamente, não são muitos os estudos que se focam, exclusivamente, neste momento muito específico de transição para o ensino superior, sendo em maior número aqueles que se preocupam com a gestão de uma carreira dual, ou seja, a preocupação parece estar mais

centrada no pós-entrada do que no momento da entrada propriamente dito. Também parece não haver ainda conhecimento consistente no que toca à relação entre a decisão de abandono da prática competitiva na transição para o ensino superior e a área de estudos escolhida. Paralelamente, os motivos que levam abandono, neste momento muito específico de mudança de vida, parecem ainda não estar cabalmente definidos.

Caracterizar e quantificar melhor o abandono que ocorre no momento de acesso ao ensino superior e os fatores que o determinam poderá ajudar a desenvolver estratégias de redução das taxas de abandono e abrir a oportunidade de uma participação desportiva de longo prazo entre os jovens atletas. Se bem que a teoria da autodeterminação destaque a importância da satisfação das necessidades psicológicas e da motivação autodeterminada na prevenção do abandono (Guzmán & Kieran, 2012), há que reconhecer que momentos-gatilho tão importantes como a entrada para o ensino superior podem sobrelevar-se às boas características psicológicas.

Adicionalmente, constata-se que, em Portugal, os estudos relativos ao abandono desportivo são escassos, tornando difícil a comparação da realidade nacional com a internacional (Dias et al., 2010). A maior parte da investigação existente no âmbito desta temática foi realizada nos Estados Unidos da América ou em países de língua inglesa e os poucos estudos existentes em Portugal, envolvendo praticantes federados, estão reduzidos a uma determinada realidade geográfica e desportiva. Dado que a motivação para o abandono terá, necessariamente, uma matriz cultural, tal constatação valida a realização de mais estudos com atletas Portugueses para melhor conhecimento e intervenção na realidade nacional.

2. Revisão da literatura

De acordo com a Carta Europeia do Desporto, o desporto é definido como todas as formas de atividade física que, através de uma participação organizada ou não, têm por objetivo a expressão ou a melhoria da condição física e psíquica, o desenvolvimento das relações sociais ou a obtenção de resultados na competição a todos os níveis. Entende-se, pois, que o desporto, na sua forma organizada, pode constituir uma opção de carreira, sendo de extrema importância perceber o que poderá levar os praticantes ao abandono desta opção de vida, quer se trate do abandono do desporto em geral, quer do abandono de uma modalidade desportiva específica, algo que parece carecer ainda de especificação nos estudos sobre a temática (Monteiro et al., 2017).

O abandono é uma decisão que parece advir não só de atletas que experienciaram situações negativas nas práticas desportivas, mas também daqueles que, insatisfeitos com o desporto em si mesmo, tendem a trocá-lo por outra atividade (Nobre, 2021). Há também atletas que, por motivos de força maior (e.g. lesão ou falta de apoio financeiro), se vêm obrigados a deixar a prática competitiva. Segundo Nobre (2021), o abandono desportivo em geral está relacionado com fatores de ordem física e psicológica (e. g. motivação e relações estabelecidas entre colegas de equipa, treinadores e equipa técnica), podendo ser considerado um fenómeno multifatorial.

Considerando o abandono em geral, a idade e o género parecem ser fatores aos quais se deve dar atenção (Nobre, 2021). Sabe-se que o conflito de interesses entre a prática desportiva e outras atividades infantojuvenis aumenta com a idade (De Knop et al., 1996; Dias et al., 2010) e que a diminuição da prática desportiva na adolescência se relaciona, muitas vezes, com o estabelecimento de outras prioridades em detrimento da prática desportiva. Em termos de idade e de género, em Portugal o maior número de atletas federados observados nos últimos 20 anos (773.800) registou-se em 2023, sendo o número de atletas do sexo masculino, no mínimo, o dobro dos do sexo feminino (Pordata, 2021).

As diferenças com base no género em relação à prática desportiva competitiva e ao próprio abandono desportivo são referidas em vários estudos, não sendo só os números do abandono desportivo que diferem entre sexo masculino e feminino, mas também os motivos a ele associados (Nobre, 2021; Sáez et al., 2021; Stambulova & Harwood, 2022;

Szmodis et al., 2022). Nas atletas, os motivos de abandono que se têm revelado mais incidentes são o excesso de pressão, a falta de tempo e o cansaço, provavelmente resultantes das responsabilidades sociais que envolvem o papel feminino, às quais se somam as responsabilidades académicas (Sáez et al., 2021). Para os atletas masculinos, os motivos mais incidentes parecem ser os fracos resultados desportivos, a falta de companhia ou a falta de diversão (Sáez et al., 2021).

Sabe-se que os jovens, em geral, são considerados um grupo potencialmente vulnerável devido às mudanças no estilo de vida que vão ocorrendo ao longo do seu desenvolvimento, estando muitas vezes relacionados com momentos de transição que obrigam a decisões vinculativas e determinantes para o percurso futuro. No que se refere aos jovens atletas em particular, as mudanças de escola ou de ciclo de ensino e as mudanças de escalão competitivo podem constituir momentos-gatilho de robustecimento ou de desistência ou mudança da prática competitiva, particularmente se não houver um plano de carreira desenhado com a sua anuência. As fases pelas quais os atletas passam durante a sua carreira desportiva, e também no seu desenvolvimento psicológico, psicossocial e académico-profissional, são determinantes para a manutenção ou abandono da carreira desportiva (Stambulova & Wylleman, 2014).

A investigação sobre transições e abandono no desporto revela fatores complexos que influenciam a decisão dos atletas continuarem ou abandonarem o desporto competitivo. Um estudo desenvolvido com atletas gregos mostrou que as transições mal sucedidas dos níveis júnior para sénior são atribuídas a múltiplos fatores, incluindo má comunicação, apoio inadequado, desafios para equilibrar carreiras duais e ambientes focados na vitória durante o desenvolvimento (Andronikos et al., 2019). Num outro estudo, desenvolvido com atletas caribenhos, os motivos foram completamente distintos. Os atletas indicaram ter sido o insuficiente apoio financeiro e organizacional o contribuinte significativo para o abandono durante os anos cruciais de transição (Thomas et al., 2021).

Outros estudos apontaram motivos muito diversos, como a falta de tempo para a vida social, mudança de interesses, monotonia do treino, falta de motivação, lesões, problemas de saúde, ansiedade, perceção de competência, orientação para o sucesso, pressão social, entre outros (Bara & Guillen, 2008; Cervelló et al., 2007; Crane & Temple, 2015; Robinson & Carron, 1982). Os motivos de abandono nas transições de carreira parecem,

assim, ser diversos, individualizados e contextuais, dificultando a criação de um quadro geral de motivos conducentes ao abandono e obrigando à realização de estudos de realidades particulares, principalmente se o propósito for o da posterior intervenção para minimização do abandono.

A interferência da escola com a carreira competitiva é uma preocupação que rodeia a temática do abandono e alguns estudos referem a escola ou o trabalho escolar como motivo de abandono (Bara & Guillen, 2008; Sáez et al., 2021). A referência particular aos estudos universitários enquanto motivo indutor de abandono da prática desportiva insere-se na temática das carreiras duais (universidade-competição) (Stambulova & Harwood, 2022; Stambulova & Wylleman, 2014). Sabe-se, por exemplo, que os constrangimentos de tempo e a fadiga são fatores significativos, particularmente para os estudantes universitários, que se vão adaptando às novas exigências da vida (Sáez et al., 2021). Existem também diferenças de género, sendo as mulheres mais sensíveis à pressão excessiva e mais avessas à competição (Monteiro et al., 2017; Salguero et al., 2003).

Há um cenário que parece ainda não ter suscitado o interesse dos investigadores: o momento muito específico de transição para a faculdade. Sabe-se, socialmente, que há atletas que desistem do desporto competitivo no momento em que acedem ao ensino superior. São atletas que não chegam, sequer, a tentar uma carreira dual e tal terá subjacentes motivos que se desconhecem e que poderão estar mais ou menos relacionados com as expectativas que terão sobre a vivência universitária, quer em termos académicos, quer em termos sociais.

As carreiras dos desportistas são experiências de vida dramáticas que implicam progressões, estagnações e regressões (Hendry & Kloep, 2002). A direção dominante do seu desenvolvimento depende de como tomam decisões de carreira e lidam com grandes transições no desporto e na vida e o momento da entrada na vida universitária marca a potencial mudança no estilo de vida. Contudo, parecem não existir dados epidemiológicos relativos a números específicos de abandono desportivo cuja ocorrência se relacione com o momento particular da entrada para o ensino superior, nem qualquer associação à área de estudos escolhida. Associar dados epidemiológicos analíticos aos descritivos, relativos a este momento de transição, seria fundamental para potenciar uma intervenção inibidora do abandono. Conhecer as causas poderia permitir intervir nas decisões.

Quanto mais se compreende a complexidade do desenvolvimento da carreira dos desportistas e respetivas transições, mais se tornam visíveis as lacunas nas pesquisas. Percebem-se muitos contextos de competição por explorar e um aumento do foco nos desportistas com problemas de saúde mental, com baixo desempenho na carreira e nas exigências pessoais. Os investigadores parecem optar por estudos de desportistas e ambientes de sucesso, deixando os momentos de transição, tal como a entrada para o ensino superior, fora das preocupações (Stambulova et al., 2021).

3. Objetivo geral

Foi objetivo do presente estudo quantificar o abandono da prática desportiva no momento da entrada para o ensino superior e identificar os motivos que lhe estão subjacentes, considerando o género dos atletas e a área de estudo.

3.1. Objetivo específico

Com o estudo, pretendeu-se, ainda, conhecer melhor a realidade portuguesa no que se refere ao abandono da prática competitiva no momento de acesso ao ensino superior, nomeadamente percebendo se o abandono difere com a área de estudo escolhida pelos estudantes portugueses da Universidade do Porto e se os motivos apontados pelos mesmos são concordantes com os apontados na literatura.

4. Material e métodos

4.1. Amostra

O estudo foi realizado em 223 estudantes do 1º ano do 1º ciclo de estudos de três faculdades da Universidade do Porto (Tabela I), cujas características podem ser observadas na tabela II.

Tabela I. Número total de estudantes do 1º ano do 1º ciclo de ensino, por faculdade e por sexo.

	Masculino	Feminino	Não Binário	Total
Desporto	78,5% (n=106)	20% (n=27)	1,5% (n=2)	135
Engenharia	76,9% (n=30)	20,5% (n=8)	2,6% (n=1)	39
Belas Artes	14,3% (n=7)	77,5% (n=38)	8,2% (n=4)	49
Total	64,1% (n=143)	32,8% (n=73)	3,1% (n=7)	223

Tabela II. Caracterização antropométrica dos estudantes do 1º ano do 1º ciclo de estudos, por faculdade e por sexo.

	Masculino	Feminino	Não binário	Total
Idade (anos)				
Desporto	19,06±2,23 ^a	20,70±8,28	19±1,41	
Engenharia	18,9±2,94 ^a	18,5±0,76	---	19,64±5,05
Belas Artes	23,14±7,76	20,79±8,22	19,25±0,5	
Massa corporal (kg)				
Desporto	69,82±8,01 *	59,27±7,31	70±4,24	
Engenharia	68,96±8,68	61,13±9,40	---	66,21±12,58
Belas Artes	79,86±39,29	59,84±10,40	42,5±29,86	
Altura (cm)				
Desporto	176,80±6,15*	164,74±5,52	177±2,83	
Engenharia	179,03±6,81*	166,88±4,91	---	172,64±8,70
Belas Artes	174,43±5,29*	162,89±5,87	166,25±9,07	

Legenda: diferente de ^a Belas Artes, *feminino.

4.2. Instrumentos e procedimentos

Os estudantes responderam a um questionário, ainda não publicado, desenvolvido no âmbito do projeto “How Young People in Europe Move?” (HYPEM), que tem como objetivo caracterizar a prática de atividade física e desportiva de estudantes universitários que estão a frequentar o 1º ano da licenciatura em vários países europeus. O projeto tem liderança da Universidade de Lille (França) e envolve 13 países, congregando a colaboração de 24 instituições de ensino superior europeias (universidades e escolas). O questionário (acesso via: <https://hypem.univ-lille.fr/questionnaire/portugues>) foi desenvolvido pela Universidade de Lille e avaliado, em duas fases (individualmente e em focus group) por um especialista de cada uma das instituições parceiras. É constituído por

um grupo introdutório de questões relacionadas com a saúde do inquirido, seguidas de mais questões agrupadas em quatro partes (1 - características individuais gerais; 2 – Identificação dos universos desportivos; 3 – Identificação das formas de prática preferenciais; 4 – Características individuais relativas à atividade física e ao prazer ligado à motivação).

O preenchimento do questionário pelos estudantes foi voluntário e realizado durante o primeiro trimestre do 1º ano do 1º ciclo de estudos universitários, ou seja, durante o terceiro mês posterior à entrada nas respetivas faculdades. A aplicação do questionário foi feita em sala de aula, após introdução e disponibilização (acesso *online*) realizadas pelo investigador principal, que também esclareceu todas as dúvidas dos participantes, colocadas antes e durante o preenchimento. Para a presente pesquisa foram tratadas respostas relacionadas com as características individuais gerais (género, idade, altura, massa corporal) e com a identificação dos universos desportivos [Pergunta 1 (P1) – pratica algum desporto de competição? E 2 (P2) – Abandonou o desporto de competição na entrada para a faculdade?].

Para responder cabalmente ao objetivo do presente estudo foi adicionada ao questionário principal uma categoria relacionada com o abandono da prática competitiva, com a seguinte introdução: *Muitos dos alunos que terminam o secundário e se candidatam à faculdade são atletas. Alguns, assim que recebem a notícia de que a sua candidatura foi aceite e de que vão iniciar os estudos superiores decidem desistir da sua prática competitiva, encerrando a carreira desportiva. Se deixou de ser atleta (deixou de competir na sua modalidade desportiva) neste ano letivo, por ter entrado na faculdade, descreva-nos, tão detalhadamente quanto possível, os motivos que levaram a essa desistência. Se a desistência não se relacionou com a entrada na faculdade ou se nunca foi atleta, por favor ignore estas perguntas.* A categoria foi composta por duas perguntas de resposta aberta destinadas a aferir o abandono da prática desportiva à entrada para o ensino superior e respetivos motivos: I - *Qual a modalidade desportiva de cuja competição desistiu?* e II - *Quais os motivos da desistência da competição à entrada para a faculdade?* O conteúdo das repostas abertas do questionário foi analisado seguindo um processo de categorização sem codificação.

4.3.Procedimentos estatísticos

A análise exploratória dos dados quantitativos (caracterização da amostra) foi realizada *a priori* para verificar potenciais erros de inserção ou omissões, tendo a sua análise descritiva sido efetuada através dos valores médios e respetivos desvios padrão. Por ausência de normalidade das distribuições destas variáveis, a sua comparação, considerando os sexos masculino e feminino, fez-se utilizando o teste não paramétrico de Mann-Whitney; a comparação, considerando as três faculdades, fez-se utilizando o teste não paramétrico de Kruskal-Wallis.

A análise das variáveis categóricas (prática e abandono do desporto de competição) foi efetuada de acordo as frequências (n) e respetivas percentagens (%) e o teste de qui-quadrado (χ^2) foi utilizado como medida de associação, a fim de avaliar se os dois géneros e as diferentes faculdades diferiam quanto às frequências encontradas em cada variável categórica. O tamanho do efeito (ES) foi determinado com recurso ao V de Cramér e interpretado como muito fraco se $V < 0,1$, fraco se $0,1 \geq V < 0,3$, moderado se $0,3 \geq V < 0,5$ e forte se $V \geq 0,5$ (Cohen, 1988).

A taxa de abandono (%) da prática competitiva foi calculada [(nº de estudantes que abandonou a prática desportiva na entrada para o ensino superior*100)/ número de estudantes que praticava desporto no ano de acesso ao ensino superior] para melhor se visualizar o fenómeno da desistência em cada faculdade e para ambos os sexos.

Todos os procedimentos estatísticos foram realizados no programa SPSS (v. 27, IBM, SPSS inc, Chicago, IL, US). O grau de significância foi estabelecido em 5%.

5. Resultados

As análises descritivas e inferenciais relativas aos estudantes que, no ano de acesso ao ensino superior, praticavam desporto de competição são apresentadas na Tabela III. Os valores apresentados consideram as diferentes faculdades e o sexo dos estudantes. Verificou-se ausência de diferenças entre o sexo por faculdade; ou seja, a frequência de resposta foi semelhante entre o sexo masculino e feminino para a Faculdade de Desporto ($p=0,625$), de Engenharia ($p=0,782$) e de Belas Artes ($p=0,496$).

Tabela III. Percentagem (%) e número (n) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que no ano de acesso ao ensino superior praticava desporto de competição.

Faculdades	Sexo		χ^2 (df)	p	ES
	Masculino	Feminino			
Desporto (n=133)					
Sim	54,1% (72)	12,8% (17)	0,239 (1)	0,625	0,042
Não	25,6% (34)	7,5% (10)			
Engenharia (n=38)					
Sim	23,7% (9)	5,3% (2)	0,077 (1)	0,782	0,045
Não	55,3% (21)	15,8% (6)			
Belas Artes (n=45)					
Sim	2,2% (1)	22,2% (10)	0,463 (1)	0,496	0,101
Não	13,3% (6)	62,2% (28)			

Na tabela IV encontra-se a percentagem e a frequência de estudantes que, no momento da entrada para o ensino superior, abandonou a prática de desporto de competição, não tendo sido encontradas associações entre o sexo e a faculdade ($p=0,260$). A análise inferencial não foi aplicada para as Faculdades de Engenharia e Belas Artes devido à violação dos pressupostos do teste de qui-quadrado (χ^2), nomeadamente a inexistência de observações no sexo feminino e frequências esperadas inferiores a 50%, respetivamente.

Tabela IV. Percentagem (%) e número (n) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que, à entrada para o ensino superior, abandonou a prática competitiva.

Faculdades	Sexo		χ^2 (df)	<i>p</i>	ES
	Masculino	Feminino			
Desporto (n=89)					
Sim	32,6% (29)	9,0% (8)	0,260 (1)	0,610	0,054
Não	48,3% (43)	10,1% (9)			
Engenharia (n=9)					
Sim	100% (9)	0% (0)	--	--	--
Não	0% (0)	0% (2)			
Belas Artes (n=11)					
Sim	9,1% (1)	81,8% (9)	--	--	--
Não	0% (0)	9,1% (1)			

--, Não se aplica.

A análise da taxa de abandono (Tabela V) por faculdade e por sexo mostrou que a taxa de abandono é semelhante entre os dois sexos na Faculdade de Desporto, com um valor ligeiramente superior para as raparigas, e na Faculdade de Belas Artes, com um valor ligeiramente inferior para as raparigas. Na Faculdade de engenharia todos os rapazes desistiram da prática à entrada para o ensino superior e nenhuma das raparigas desistiu.

Tabela V. Taxa (%) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que, à entrada para o ensino superior, abandonou a prática competitiva.

Faculdades	Masculino	Feminino
Desporto	40,27	47,06
Engenharia	100	0
Belas Artes	100	90,91

A análise descritiva e inferencial de acordo com as faculdades pode ser observada na Tabela VI. Verificaram-se diferenças entre as Faculdades de Desporto, Engenharia e Belas Artes, tanto na prática de desporto de competição (P1, $p < 0,001$) como no abandono (P2, $p < 0,001$). O tamanho do efeito (ES) é moderado uma vez que os valores se encontram entre $0,3 \geq V < 0,5$. A Faculdade de Desporto é a que apresenta maior percentagem de estudantes com prática de desporto de competição e a Faculdade de Belas Artes a com maior percentagem de não prática. No que se refere à Faculdade de

Engenharia, a percentagem de abandono do desporto de competição na transição para a faculdade foi de 100%.

Tabela VI. Percentagem (%) e número (n) de estudantes do sexo masculino e feminino de cada faculdade que, à entrada para o ensino superior, praticava desporto de competição (P1) e que abandonou a prática (P2).

Faculdades		Faculdades			χ^2 (df)	p	ES
		Desporto	Engenharia	Belas Artes			
P1.							
	Sim	41,2% (89)	5,1% (11)	5,1% (11)	33,577 (2)	<0,001	0,394
	Não	20,4% (44)	12,5% (27)	15,7% (34)			
P2.							
	Sim	33,9% (37)	8,3% (9)	9,2% (10)	18,823 (2)	<0,001	0,416
	Não	47,7% (52)	0,0% (0)	0,9% (1)			

A análise de *post hoc* para a prática de desporto de competição (P1) pode ser observada na Tabela VII. As diferenças foram observadas entre Desporto e Engenharia e Desporto e Belas Artes. O ES para a comparação Engenharia-Belas Artes foi determinado como muito fraco (0,051), tendo sido moderado para Desporto-Engenharia (0,320) e Desporto-Belas Artes (0,372).

Tabela VII. Comparação da prática de desporto de competição (P1) dos estudantes de Desporto, Engenharia e Belas-Artes à entrada para o ensino superior.

Faculdades	P1	% (n)	χ^2 (df)	p	ES
Desporto-Engenharia	Sim	D: 52,0% (89) E: 6,4% (11)	17,549 (1)	<0,001	0,320
	Não	D: 25,7% (44) E: 15,8% (27)			
Desporto-Belas Artes	Sim	D: 50,0% (89) BA: 6,2% (11)	24,638 (1)	<0,001	0,372
	Não	D: 24,7% (44) BA: 19,1% (34)			
Engenharia-Belas Artes	Sim	E: 13,3% (11) BA: 13,3% (11)	0,214 (1)	0,643	0,051
	Não	E: 32,5% (27) BA: 41,0% (34)			

D, Desporto; E, Engenharia; BA, Belas Artes

Na tabela VIII é apresentada a análise *post hoc* para o abandono da prática competitiva (P2). A comparação múltipla entre Desporto-Engenharia e Desporto-Belas Artes apresentou diferenças na P2. O ES para Desporto-Engenharia (0,338) e Desporto-Belas Artes (0,309) foi classificado como moderado. A comparação entre Engenharia-Belas Artes não cumpriu os pressupostos do teste qui-quadrado.

Tabela VIII. Comparação do abandono prática de desporto de competição (P2) pelos estudantes de Desporto, Engenharia e Belas-Artes à entrada para o ensino superior.

Faculdades	P2	% (n)	χ^2 (df)	p	ES
Desporto-Engenharia	Sim	D: 37,8% (37) E: 9,2% (9)	11,203 (1)	<0,001	0,338
	Não	D: 53,1% (52) E: 0,0% (0)			
Desporto-Belas Artes	Sim	D: 37,0% (37) BA: 10,0% (10)	9,566 (1)	0,002	0,309
	Não	D: 52,0% (52) BA: 1,0% (1)			
Engenharia-Belas Artes	Sim	E: 45,0% (9) BA: 50,0% (10)	0,861 (1)	0,353	0,208
	Não	E: 0,0% (0) BA: 5,0% (1)			

D, Desporto; E, Engenharia; BA, Belas Artes

Na tabela IX são apresentados os motivos subjacentes à decisão dos estudantes de abandonarem a prática desportiva que não estão relacionados com a entrada para o ensino superior. Pode observar-se que o principal motivo referido foi o “desinteresse”.

Tabela IX. Motivos indicados pelos estudantes para o abandono da prática desportiva, que, tendo acontecido no momento da entrada para o ensino superior, não se relacionam com a mesma.

Não Relacionadas com a entrada para o ensino superior			
Motivo	Engenharia	Desporto	Belas-Artes
Desinteresse	1	5	1
Objetivos/motivos pessoais	-	3	-
Medo de lesão	-	3	-
Mudança para outro desporto/atividade	-	3	-
Falta de resultados	-	2	-
Problema com clube ou treinador	-	2	1
Violência/mau ambiente no desporto	-	2	-
Desgaste físico ou emocional	-	3	-
Doença crónica	-	1	-

Na tabela X são apresentados os motivos subjacentes à decisão dos estudantes para abandonarem a prática desportiva que estão relacionados com a entrada para o ensino superior. Pode observar-se que os principais motivos referidos foram a “falta de tempo” e a “deslocalização”.

Tabela X. Motivos indicados pelos estudantes para o abandono da prática desportiva relacionados com o momento da entrada para o ensino superior.

Relacionadas com a entrada para o ensino superior			
Motivo	Engenharia	Desporto	Belas-Artes
Falta de tempo	2	12	3
Deslocalização	1	10	3
Exigência da faculdade	-	7	2
Vivência da faculdade	-	7	-
Receio de lesões	-	1	-
Trabalhar para pagar o curso	-	1	-

6. Discussão

Foi objetivo do presente estudo, quantificar o abandono da prática desportiva no momento da entrada para o ensino superior e identificar os motivos que lhe estão subjacentes, considerando o género dos atletas e a área de estudo. A amostra caracterizou-se por um número de estudantes do sexo masculino de aproximadamente o dobro do número de estudantes do sexo feminino, no total das faculdades. O número de estudantes de Desporto foi muito superior ao das restantes faculdades, pelo que os resultados do estudo poderão estar influenciados pelos estudantes de Desporto.

A idade foi superior nos estudantes de Belas Artes e as características físicas (massa corporal e altura) iguais nos estudantes das três faculdades, o que permitiu perceber que os estudantes da amostra são semelhantes entre si. A comparação entre sexos mostrou que a altura dos estudantes masculinos é superior à das estudantes nas três faculdades, mas a massa corporal é apenas superior nos estudantes masculinos em Desporto, provavelmente devido a um maior desenvolvimento muscular. A reduzida amostra de estudantes não binários dificultou a identificação de possíveis diferenças de género nas variáveis de caracterização. A falta de estudos com inclusão das variantes de género não também não permitiu comparar os poucos resultados do presente estudo com a literatura.

A análise da prática desportiva no contexto universitário revela que em muitas faculdades o número de praticantes homens é significativamente superior ao das mulheres, conforme indicado pelos dados gerais da Pordata (2023) e pela própria investigação. Os estudos sobre atletas universitários revelam disparidades de género na participação, sendo os estudantes do sexo masculino mais propensos a participar em

atividades físicas e desportivas do que os do sexo feminino (Lores & Murcia, 2008). O presente estudo mostrou, contudo, uma exceção para a Faculdade de Belas Artes, para a qual o número de praticantes femininos foi superior ao de masculinos. No entanto, este resultado é também coerente com a tendência observada em estudos anteriores, que apontam que as diferenças de participação desportiva por género são frequentemente influenciadas pelas características das populações amostradas e pelos contextos culturais e institucionais (Dias et al., 2010; Stambulova & Harwood, 2022).

A Faculdade de Desporto, quando comparada com Engenharia e Belas Artes, apresentou uma percentagem mais elevada de praticantes de ambos os sexos, o que é consistente com o ambiente desportivo institucional, em que a prática desportiva competitiva é incentivada e estruturada como parte do currículo. A literatura aponta que em instituições onde o desporto faz parte do foco académico, a prática é mais comum entre estudantes (Brown et al., 2015).

No presente estudo não se verificou efeito do sexo (masculino e feminino) no abandono da prática desportiva à entrada para a faculdade, um resultado eventualmente influenciado pelo desequilíbrio da amostra no que se refere ao número de estudantes de cada grupo, uma vez que vários estudos mostram taxas de abandono da prática competitiva maiores nas atletas (Enoksen, 2011; Salguero et al., 2003), se bem que não com relação ao momento específico de transição para o ensino superior.

Quanto à heterogeneidade observada entre as faculdades no que diz respeito ao abandono desportivo, estudos como os de Tekavc et al. (2015) sugerem que a combinação entre exigências académicas e desportivas pode variar significativamente entre contextos, contribuindo para o abandono diferenciado entre cursos e instituições. Contudo, a literatura parece não conter qualquer referência à relação entre o abandono no momento de acesso ao ensino superior e a área de estudos escolhida. Os resultados da análise comparativa entre a Faculdade de Desporto e as de Engenharia e Belas Artes, do presente estudo, reforça a necessidade de mais estudos sobre as diferenças entre faculdades e como estas influenciam o abandono ou a permanência dos estudantes no desporto competitivo.

A Faculdade de Desporto foi a que apresentou a maior percentagem de estudantes com prática de desporto de competição no ano de concurso ao ensino superior, o que não é um resultado surpreendente, dada que a natureza da matéria de estudo é o próprio

desporto. Foi possível perceber que, de entre as três faculdades, a não prática no ano de entrada foi maior nos estudantes de Belas Artes e o abandono no momento da transição foi total em Engenharia, ou seja, nesta Faculdade, dos não muitos estudantes que praticavam desporto de competição no ano de entrada para o ensino superior, todos desistiram do mesmo no momento da transição.

A maior taxa de abandono verificou-se nas Faculdade de Belas Artes e Engenharia, levantando a hipótese de que os estudantes que concorrem a estas áreas de estudo anteveem pressão académica com ausência de apoio, o que os leva a não quererem tentar a hipótese de manutenção da carreira desportiva competitiva. Por outro lado, os estudantes de Desporto parecem manter-se mais firmes na ideia da continuidade da carreira no momento do acesso ao ensino superior, talvez porque antevejam um curso compatível com a sua prática e uma instituição protetora da mesma.

O abandono desportivo no ensino superior é um fenómeno multifacetado, geralmente impulsionado por mudanças significativas na vida dos estudantes, como a transição para o ambiente académico mais exigente e competitivo (Asha et al., 2020; Carlin et al., 2009; Sáez et al., 2021). Fatores como falta de tempo, devido às exigências dos estudos, e o desinteresse crescente pela prática desportiva, frequentemente mencionados na literatura, estão entre os principais motivos relatados para a desistência do desporto competitivo. Estes resultados são preocupantes e indiciam a necessidade de se intervir no abandono, nomeadamente através do conhecimento dos motivos.

A categorização dos motivos apontados pelos estudantes para o abandono da prática competitiva à entrada para o ensino superior permitiu realizar uma divisão macro entre motivos relacionados e não relacionados com a entrada para o ensino superior. Os motivos observados foram os apontados, essencialmente, pelos estudantes de desporto (em muito maior número). A análise dos motivos por sexo não foi possível pela insuficiência de dados. O principal motivo de abandono não relacionado com a entrada para o ensino superior e globalmente apontado foi o “desinteresse”. Este é um motivo que também é consistentemente referido na literatura (De Knop et al., 1996; Dias et al., 2010) e que não parece estar relacionado com qualquer tipo de antevisão de incapacidade de conciliação do desporto com o estudo dos atletas que acedem ao ensino superior.

Os principais motivos de abandono referidos pelos estudantes das três faculdades, relacionados com a transição para o ensino superior, foram a “falta de tempo” e a “deslocalização”. A falta de tempo também muito evidente na literatura quando abordado o tema do abandono de forma global. A investigação indica que a falta de tempo devido a compromissos académicos é uma das principais razões para o abandono do desporto entre os estudantes. Vários estudos concluíram que equilibrar os estudos com o desporto e outras atividades era a causa mais comum para a interrupção da participação desportiva (Bara & Guillen, 2008; Carlin et al., 2009; Moreno et al., 2010; Sáez et al., 2021), se bem que tal não se focasse no momento de transição para o ensino superior e sim na vivência universitária.

Na Faculdade de Belas Artes os estudantes salientaram também a “exigência da faculdade”; na Faculdade de desporto, a “exigência da faculdade” e a “vivência da faculdade” foram os motivos mais incisivos. Este último motivo concorda com o que se sabe sobre a diminuição da motivação para a prática com a idade (Sáez et al., 2021), pelo que urge intervir para manter os desportistas interessados na prática competitiva. Os resultados deste estudo mostram que a taxa de abandono desportivo de competição é realmente preocupante e necessita de intervenção urgente.

Os motivos do abandono relacionados com a transição para o ensino superior apontados no presente estudo parecem constituir uma novidade a acrescentar à literatura relacionada com o abandono desportivo por atletas universitários, uma vez que o abandono durante a sua frequência já foi alvo de análise relativamente vasta, ainda que mais relacionada com diferenças de género e menos com a área de estudo escolhida. Puderam observar-se convergências importantes com pesquisas anteriores, nomeadamente no que se refere a motivos como o desinteresse e a falta de tempo, amplamente relatados em diversos estudos (Brown et al., 2015; Dias et al., 2010; Stambulova & Harwood, 2022; Tekavc et al., 2015).

7. Conclusão

Foi objetivo deste estudo quantificar o abandono da prática desportiva no momento da entrada para o ensino superior e identificar os motivos que lhe estão subjacentes, considerando o género dos atletas e a área de estudo. As diferenças no abandono observadas para as três faculdades sugerem a influencia da área de estudo na decisão de abandono da prática desportiva no momento da entrada para a faculdade, sem que o sexo pareça ser um fator determinante do mesmo. Os principais motivos indicados para o abandono da prática desportiva foram o "desinteresse", a "falta de tempo" e a "deslocalização". Esses fatores demonstram o impacto significativo da transição para a vida universitária no comprometimento com o desporto competitivo.

8. Considerações finais e sugestões para estudos futuros

8.1.Limitações do estudo

Em termos de limitações do estudo, o tamanho da amostra pode ser considerado relativamente pequena (216 estudantes), limitando a capacidade de generalização dos resultados. Adicionalmente, a amostra careceu também de maior diversidade, uma vez que incluiu apenas três faculdades, com predominância de estudantes de Desporto, o que pode ter introduzido viés nos resultados.

8.2.Sugestões para estudos futuros

Para estudos futuros, sugere-se a ampliação da amostra, tanto em termos de número de participantes como de variedade de faculdades, de modo a permitir uma análise mais abrangente e uma melhor resposta relativa à relação entre a área de estudos escolhida e o abandono da prática desportiva competitiva. Seria ainda interessante investigar outros fatores de potencial influência no abandono da prática no momento da entrada para a faculdade, descritos na literatura, como as redes de suporte social ou a influência de programas desportivos universitários na manutenção ou no abandono da prática desportiva de competição.

Outra linha de investigação possível será a da análise das diferenças entre desportos individuais e coletivos, bem como nos níveis de envolvimento (recreativo *versus* competitivo). A extensão da componente qualitativa do trabalho, com entrevistas ou grupos focais, também poderia ajudar a compreender com maior profundidade os fatores subjetivos que levam ao abandono ou à continuidade da prática desportiva durante a vida académica.

8.3.Implicações para a prática

Conhecer os dados epidemiológicos relativos ao momento particular de transição dos atletas para o ensino superior e os motivos que lhe estão associados é fundamental para desenvolver estratégias para reduzir as taxas de abandono e melhorar a experiência de transição dos atletas. Perceber que não há motivos universais e sim individuais e contextuais induz a necessidade do estudo de casos particulares, para se poder depois intervir com assertividade.

Os resultados deste estudo sugerem algumas orientações práticas, na medida em que o abandono da prática desportiva no momento de transição para a faculdade é expressivo e parece não diferir entre sexo masculino e feminino:

- (i) o planeamento da entrada para a faculdade parece ser fundamental (e.g., reuniões periódicas com os responsáveis legais), sendo importante privilegiar as relações entre pais, treinadores, atletas e outros elementos constituintes da equipa de acompanhamento dos mesmos;
- (ii) os motivos que levam ao abandono sugerem a necessidade da resolução antecipada de problemas como, por exemplo, o da deslocalização, encontrando instalações ou clubes onde os atletas possam continuar a sua atividade de treino regular;
- (iii) a angústia perante a potencial exigência da faculdade e falta de tempo induz a necessidade de antecipar estratégias de gestão do tempo que apaziguem os atletas e os levem a não interromper imediatamente as carreiras (i.e., logo no momento de transição), sendo importante considerar o curso de destino para melhor prevenir;

- (iv) as preocupações relativas à perda das vivências sociais típicas da universidade sugerem a necessidade de ajudar os atletas na gestão das suas motivações, sendo crucial antecipar soluções de minimização de perdas que sustentem a continuidade da carreira (e. g. criar condições para um clima de apoio autónomo que promova a satisfação da autonomia e da competência dos atletas, bem como a identificação com o desporto e o sentimento de prazer).

9. Bibliografia

- Andronikos, G., Westbury, T., & Martindale, R. (2019). Unsuccessful transitions: understanding dropout from the athletes' perspective. *Athens Journal of Sports*, 6, 195-214. <https://doi.org/10.30958/ajspo.6-4-2>
- Asha, P., Vandana, E., Bhavana, E., & Shankar, K. R. (2020). Predicting university dropout through data analysis. *4th International Conference on Trends in Electronics and Informatics (ICOEI)*, 852-856.
- Bara, M., & Guillen, F. (2008). Motivos do abandono no esporte competitivo: um estudo retrospectivo. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 22, 293-300.
- Battaglia, A., Kerr, G., & Tamminen, K. (2024). The dropout from youth sport crisis: not as simple as it appears. *Kinesiology Review*, 13, 1-12. <https://doi.org/10.1123/kr.2023-0024>
- Brown, D. J., Fletcher, D., Henry, I., Borrie, A., Emmett, J., Buzza, A., & Wombwell, S. (2015). A British university case study of the transitional experiences of student-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 78-90. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.002>
- Carlin, M., Salguero, A. R. C., Rosa, S. M., & Ruíz, E. J. G. d. I. F. (2009). Análisis de los motivos de retirada de la práctica deportiva y su relación con la orientación motivacional en deportistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1).
- Cervelló, E., Escartí, A., & Guzmán, J. F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19 1, 65-71.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (2nd ed.)*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>.
- Crane, J. R., & Temple, V. A. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21, 114 - 131.
- De Knop, P., Engstroem, L.-M., Skirstad, B., & Weiss, M. R. (1996). *Worldwide trends in youth sport*. Human Kinetics Campaign, IL.
- Dias, C., Corte-Real, N., Catita, L., Barreiros, A., Brustad, R., & Fonseca, A. M. (2010). Porque abandonam as crianças e os jovens a prática desportiva? Estudo realizado com crianças e jovens, com idades compreendidas entre os 10 e os 18 anos, das regiões Norte, Centro e Sul de Portugal. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 10(3), 100-120. <https://doi.org/10.5628/rpcd.10.03.100>
- Enoksen, E. (2011). Drop-out rate and drop-out reasons among promising Norwegian track and field athletes: a 25 year study. *Scandinavian Sport Studies Forum*(2), 19-43.
- Guzmán, J., & Kieran, K. (2012). Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. *European Journal of Sport Science*, 12, 431-442. <https://doi.org/10.1080/17461391.2011.573002>
- Hendry, L. B., & Kloep, M. (2002). *Lifespan development: resources, challenges and risks*. Thomson Learning. <https://books.google.pt/books?id=MplgDoDzFQ0C>
- Lagestad, P. (2019). Original Article Differences between adolescents staying in and dropping out of organized sport: A longitudinal study. *Journal of Physical Education and Sport*, 19, 444-452. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s2065>
- Lores, A., & Murcia, J. (2008). Actitud de los universitarios ante la práctica físico-deportiva: Diferencias por géneros. *Revista de Psicología del Deporte*, 17.
- MacCosham, B., Patry, P., Beswick, C., & Gravelle, F. (2015). Leisure lifestyle and dropout: exploring the experience of amateur athletes in competitive sport. *International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism*, 20, 20-39. <https://doi.org/10.5199/ijsmart-1791-874X-20b>

- Miro, S., Pérez Rivasés, A., Ramis, Y., & Torregrossa, M. (2018). ¿Compaginar o elegir?: La transición del bachillerato a la universidad de deportistas de alto rendimiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 27.
- Monteiro, D., Cid, L., Marinho, D. A., Moutão, J., Vitorino, A., & Bento, T. (2017). Determinants and reasons for dropout in swimming - systematic review. *Sports (Basel)*, 5(3). <https://doi.org/10.3390/sports5030050>
- Moreno, J. M., Cerezo, C. R., & Guerrero, J. T. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista De Educacion*, 311-312.
- Nobre. (2021). *O Abandono da Prática Desportiva*. Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Ciências do Desporto. Universidade da Beira Interior.
- Orbach, I., Gutin, H., Hoffman, N., & Blumenstein, B. (2021). Motivation in competitive sport among female youth athletes. *Psychology*, 12, 943-958. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.126057>
- Robinson, T. T., & Carron, A. V. (1982). Personal and situational factors associated with dropping out versus maintaining participation in competitive sport. *The Journal of Sport Psychology*, 4, 364-378.
- Sáez, I., Solabarrieta, J., & Rubió, I. (2021). Reasons for sports-based physical activity dropouts in university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18.
- Salguero, A., Gonzalez-Boto, R., Tuero, C., & Márquez, S. (2003). Identification of dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 43(4), 530-534.
- Stambulova, N., & Harwood, C. (2022). A “Dual career”: combining sport and studies. *Frontiers for Young Minds*, 10, 692422. <https://doi.org/10.3389/frym.2022.692422>
- Stambulova, N., & Wylleman, P. (2014). Athletes' career development and transitions. In *Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts*. (pp. 605-620). Routledge/Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9781315880198>
- Stambulova, N. B., Ryba, T. V., & Henriksen, K. (2021). Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology position stand revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 524-550. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Szmodis, M., Zsákai, A., Blaskó, G., Fehér, P., Annár, D., Sziráki, Z., Almási, G., & Kemper, H. C. (2022). Effects of regular sport activities on stress level in sporting and non-sporting university students. *Physiology International*, 109(2), 293-304. <https://doi.org/10.1556/2060.2022.00096>
- Tekavc, J., Wylleman, P., & Erpič, S. (2015). Perceptions of dual career development among elite level swimmers and basketball players. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 27-41. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.002>
- Thomas, C. E., Chambers, T. P., Main, L. C., & Gatin, P. B. (2021). Motives for dropout among former junior elite caribbean track and field athletes: a qualitative investigation. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3.