

U. PORTO



FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

**O JOGADOR DE FUTEBOL E A EXCELÊNCIA... UM OLHAR
QUALITATIVO SOBRE POTENCIAIS FACTORES INIBIDORES**

OSCAR JOSÉ GUEDES RODRIGUES

PORTO, 2009



O JOGADOR DE FUTEBOL E A EXCELÊNCIA... UM OLHAR QUALITATIVO SOBRE POTENCIAIS FACTORES INIBIDORES

ORIENTADOR: MESTRE ANDRÉ BARREIROS

AUTOR: OSCAR JOSÉ GUEDES RODRIGUES

PORTO, 2009

Monografia realizada no âmbito da disciplina de Seminário do 5º ano da licenciatura em Desporto e Educação Física, na área de Alto Rendimento opção de Futebol, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Provas de Licenciatura

Rodrigues, O. (2009). O jogador de futebol e a excelência... um olhar qualitativo sobre potenciais factores inibidores. Porto: O. Rodrigues. Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: FUTEBOL; JOGADOR; FORMAÇÃO; SELECÇÃO NACIONAL; FACTORES INIBIDORES DE EXCELÊNCIA.

Aos meus pais e ao país onde nasci... Venezuela!

Agradecimentos

Ao Professor André Barreiros, pela orientação, pela paciência, pelos ensinamentos, pela disponibilidade constante e principalmente pela humildade e simplicidade. Graças a você consegui desenvolver este trabalho.

A todos os professores da faculdade, por terem feito de mim uma pessoa melhor. Principalmente na forma de pensar e agir (não desistir e procurar cada vez mais conhecimento).

Aos entrevistados, pela disponibilidade e, principalmente, pela frontalidade/sinceridade demonstrada durante as entrevistas. Os meus parabéns pela forma apaixonante como se entregaram ao futebol e pela forma honrosa como defenderam as cores da nossa selecção.

Aos meus pais, porque é a eles que devo tudo o que sou. Meu muito obrigado pela educação que me deram, pela vida que me proporcionaram, pelo grande esforço, empenho e dedicação que tiveram para que eu conseguisse chegar onde cheguei. Simplesmente, não há palavras para descrever todo o amor que sinto por vocês e o orgulho que tenho de ser vosso filho.

À minha irmã, por gostar tanto de mim. És uma pessoa muito especial... sempre presente e disposta a ajudar.

Ao meu tio Victor, à minha tia Azucena e às minhas primas: Ninive, Natali e Natasha, porque cada momento que passamos juntos é especial. Muito obrigado por todas as coisas boas que me proporcionaram.

A toda a minha família, pelo apoio e carinho com que sempre me trataram.

Aos meus "*panas venezolanos*", por serem pessoas maravilhosas e pelos momentos de muito alegria que passamos juntos. "*Muchas gracias*".

Ao Quim e ao Hugo por me terem ajudado na minha adaptação a um país novo. E principalmente, pela amizade sólida de tantos anos.

Aos meus colegas de estágio: Ana e Gomes, pelo espírito de camaradagem durante um ano muito intenso. São duas pessoas com uma grande personalidade e muito competentes. Obrigado pelos ensinamentos.

Aos meus colegas da faculdade, por tudo aquilo que vivemos durante estes magníficos anos. Sem vocês não teria sido tão gratificante.

Ao Professor José Guilherme Oliveira (supervisor de estágio) e à Professora Adriana Silva (orientadora de estágio), por fazerem de mim uma pessoa mais capaz para desempenhar as funções da minha profissão.

Ao Professor Mário Rui, por ter sido uma referência como docente de Educação Física e por ter tido uma grande influência na minha escolha profissional.

À Professora Etelvina, pela grande ajuda num momento determinante da minha vida (exame nacional de biologia, e consequente acesso ao ensino superior).

Às Professoras Fernanda Pinhal e Amélia Lamego, pela colaboração na realização deste trabalho.

Ao Professor Paulo Noga (Coordenador do Departamento de Formação do Sporting Clube de Arcozelo), por ter acreditado nas minhas capacidades e me ter dado a oportunidade de trabalhar num clube com um grande projecto de formação. E por ser uma pessoa extremamente dedicada ao trabalho.

Aos meus meninos: alunos, ex-alunos, jogadores e ex-jogadores, porque sem vocês nada disto faria sentido. É um prazer e um privilégio partilhar cada aula ou treino com vocês. Muito obrigado por me ajudarem a crescer como profissional e pessoa.

Peço desculpa se, por esquecimento, não mencionei alguém. Como forma de minimizar esta minha falha... meu muito OBRIGADO a todas as pessoas que, de uma forma ou outra, fazem parte da minha vida!!!

Índice Geral

Agradecimentos.....	III
Resumo	XI
Abstract.....	XIII
Résumé	XV
Lista de abreviaturas	XVII
1. INTRODUÇÃO.....	1
2. REVISÃO DA LITERATURA.....	7
2.1 Formação desportiva... um processo de longo prazo	9
2.1.1 A escalada para o êxito: da planície ao cume	12
2.1.2 Uma outra forma de olhar para a formação de atletas a longo prazo	35
2.1.3 Quando a vontade de ir pelo caminho mais curto nos leva até ao precipício.....	37
2.1.4 O perigo do sucesso dos resultados se transformar em status da formação	39
2.1.5 O prognóstico... a escala de medida para prever o futuro	41
2.1.6 A importância do praticante estar pronto para a competição.	43
2.2 A excelência e o futebol	50
3. MATERIAL E MÉTODOS	53
3.1 Metodologia de investigação.....	55
3.2 Caracterização da amostra	56
3.3 Condições de aplicação da recolha de informação	58
3.4 Análise e interpretação do <i>corpus</i> de estudo	59
4. APRESENTAÇÃO DA ANÁLISE DAS ENTREVISTAS	63
5. DISCUSSÃO.....	71
5.1 Jogador	73
5.2 Família	87
5.3 Pares.....	92

5.4 Clube.....	94
5.5 Treinador	116
5.6 Dirigente.....	130
5.7 Empresário.....	134
5.8 Exigências da carreira de jogador	136
5.9 Transição de júnior para sénior.....	144
5.10 Sorte.....	152
5.11 Lesão	155
5.12 Meios de comunicação.....	162
5.13 Árbitro.....	164
6. CONCLUSÕES.....	165
7. SUGESTÕES PARA FUTUROS ESTUDOS	173
8. BIBLIOGRAFIA.....	177

Índice de Quadros

Quadro 1. Caracterização da amostra	57
Quadro 2. Frequência dos factores inibidores de excelência organizados em categorias de ordem superior e em categorias	65
Quadro 3. Frequência dos factores inibidores de excelência	68

Índice de Anexos

Anexo 1: Carta de apresentação.....	III
Anexo 2: Guião da entrevista	V
Anexo 3: Entrevista 1	VII
Anexo 4: Entrevista 2	XXVII
Anexo 5: Entrevista 3	LI
Anexo 6: Entrevista 4	LV
Anexo 7: Entrevista 5	LXXV
Anexo 8: Entrevista 6	XCV
Anexo 9: Entrevista 7	CXIII
Anexo 10: Entrevista 8	CXXXV
Anexo 11: Entrevista 9	CLI
Anexo 12: Entrevista 10	CLXVII

Resumo

Ser profissional de futebol é o objectivo de muitos jogadores, mas o caminho que guia a este objectivo poderá estar, muitas vezes, muito próximo daquele que o pode condenar ao insucesso.

Nem todos os indivíduos com prestações elevadas durante a sua formação atingem o mais alto nível enquanto adultos. Inclusivamente muitos desistem pelo caminho, outros simplesmente, não conseguem continuar a destacar-se face aos restantes. Então porquê há jogadores que se destacam na formação, mas enquanto seniores não conseguem atingir a excelência?

Assim este estudo tem como objectivo identificar factores inibidores da excelência no futebol.

Tendo em conta a revisão bibliográfica realizada e em consonância com os objectivos determinados, foram elaboradas dezassete questões guia, que fizeram parte das dez entrevistas de estrutura aberta realizadas a jogadores e ex-jogadores com as seguintes características: foram mais de vinte vezes internacionais por Portugal nas selecções jovens, não foram internacionais por Portugal na selecção AA, não jogaram em competições internacionais de clubes (seniores) e nasceram antes do ano 1978 (inclusive).

Da análise dos resultados foi possível identificar 13 factores inibidores de excelência: jogador, clube, treinador, lesão, exigências da carreira profissional, dirigente, pares, transição de júnior para sénior, sorte, empresário, meios de comunicação, família e árbitro.

Os factores mais referidos pelos atletas centraram-se nas questões relacionadas com os próprios jogadores (e.g. más decisões, falta de qualidade, etc.), contudo uma vez que a globalidade dos atletas mencionou pelo menos cinco factores inibidores, concluímos que será a conjugação de diversos factores e, não apenas um isoladamente, que contribui para a inibição da excelência de atletas com elevado nível de sucesso nas etapas de formação.

Em suma, esta diversidade de factores é sinónimo da grande complexidade que existe na compreensão deste fenómeno.

PALAVRAS-CHAVE: FUTEBOL; JOGADOR; FORMAÇÃO; SELECÇÃO NACIONAL; FACTORES INIBIDORES DE EXCELÊNCIA.

Abstract

Achieve a Professional level is the aim of most football players, but the way that leads to this aim may be, most of the times, very near from the one that may sentence failure.

Not all of the individuals with high performances during their learning process reach the highest level during their adult age. Unfortunately, many of them dropout; others simply feel unable to keep standing out from the others. So, why are there some players that stand out during their learning process, but can't reach excellence when they are seniors?

Therefore, the purpose of this study is to identify inhibition factors of excellence in football.

Based on literature and in line with the purpose of this research, seventeen leading questions were asked during the ten open structure interviews with players and ex-players. The sample was choosed according with specific criteria, such as: players with more than twenty international games in the national youth squad, none international game at the sénior squad, none international competition at a clube level (seniors) and born before 1978 (inclusively).

Content analysis of the interviews allowed us to identify thirteen different inhibition factors of excellence: player, team, coach, injury, career demands, sport director, peers, junior to senior transition, luck, enterpriser, media, family and referee.

The most frequent reasons that athletes mentioned was related to the players themselves (for instance: bad decisions, lack of quality, etc).

Nevertheless, once that the majority of the athletes has mentioned at least five inhibition factors, we concluded that the interaction of these different factors, and not just one, has highly contributed to the inhibition of the excellence of these athletes with early success.

In sum: the diversity of these factors stands for the great complexity that exists when we attempt to understand this phenomenon.

KEYWORDS: FOOTBALL; PLAYER; LEARNING PROCESS; NATIONAL SELECTION; INIBITION FACTORS OF EXCELLENCE.

Résumé

Être un professionnel du football c'est le but de beaucoup de joueurs, mais le chemin qui mène à ce but pourra être bien souvent très proche de celui qui conduit à l'échec.

Pas même tous les individus avec de hautes prestations pendant leur formation ne réussissent à atteindre le plus haut niveau une fois adultes. Il y en a même qui abandonnent pendant le chemin, il y en d'autres, tout simplement, qui n'arrivent pas à suivre ou à se faire remarquer parmi ceux qui restent. Alors pourquoi y a-t-il des joueurs qui se font remarquer pendant leur formation, mais qui une fois seniors n'atteignent pas l'excellence?

En effet, cette étude a pour objectif l'identification des facteurs qui inhibent l'excellence dans le football.

En tenant compte de la révision bibliographique et en harmonie avec les objectifs déterminés, on a élaboré dix-sept questions guide qui ont fait partie des dix interviews de structure ouverte réalisées auprès de joueurs et de ex-joueurs avec les caractéristiques suivantes: ayant été plus de vingt fois internationaux pour le Portugal dans les sélections jeunes, n'ayant pas été internationaux pour le Portugal dans la sélection AA, n' ayant pas joué dans les compétitions internationales de clubs (seniors) et étant nés avant 1978 y compris.

D'après l'analyse des résultats il nous a été possible d'identifier treize facteurs qui inhibent l'excellence : joueur, club, entraîneur, lésion, exigences de la carrière professionnelle, dirigeant, pairs, transition de junior à senior , chance, impresario, mass-média, famille et arbitre.

Les facteurs plus cités par les athlètes ont tout à voir avec des questions qui ont une relation avec les joueurs eux-mêmes (mauvaises décisions, manque de qualité, etc.), cependant une fois que la plupart des athlètes a mentionné au moins cinq facteurs inhibiteurs, on peut conclure que ce sera la conjugaison de divers facteurs, et pas seulement un de façon isolée, qui contribue pour l'inhibition de l'excellence des athlètes qui ont beaucoup de succès dans les étapes de la formation.

En conclusion, cette diversité de facteurs est synonyme de la grande complexité qui existe dans la compréhension de ce phénomène.

MOTS-CLÉS : FOOTBALL ; JOUEUR ; FORMATION ; SELECTION NACIONAL ; FACTEURS INHIBITEURS DE L'EXCELLENCE.

Lista de abreviaturas

FIE – Factor Inibidor de Excelência

E – Entrevistado

1. INTRODUÇÃO

1. Introdução

Hoje em dia existe uma grande preocupação em encontrar novos talentos. E estes ditos talentos são cada vez mais jovens. Esta procura incessante de novos talentos leva a um grande investimento por parte dos clubes de futebol para obterem cada vez mais e melhores resultados.

Esta obsessão por encontrar cada vez mais cedo novos “Maradonas”, “Pelés”, “Eusebios”, etc. faz com que os clubes invistam muito na formação. Cada vez mais há uma necessidade de encontrar, o mais cedo possível, jogadores que atinjam a excelência (do latim excellentia, é o estado ou qualidade de excelente. É a superioridade ou o estado de ser bom no mais alto grau. A excelência é considerada como um valor por muitas organizações, em particular por escolas e outras instituições de ensino, e um objectivo a ser perseguido).

Mas esta preocupação com a formação (desejo de resultados quase imediatos) leva a que se cometam muitos erros nesta fase tão sensível do desenvolvimento de um jogador. Um destes erros (que cada vez é mais visível) é o querer desenvolver a formação dos jovens através da lógica do desporto adulto.

Brito, Fonseca e Rolim (2004) referem que o facto de se procurar resultados significativos o mais rápido possível resulta numa preparação especializada levando, por um lado, à redução da diversidade de experiências e, por outro, ao aumento das cargas.

Esta situação pode levar a dois problemas: ao abandono precoce ou a falta de bases quando o jogador chega a sénior (o que pode influenciar negativamente a sua carreira).

Como forma de evitar isto, a preparação desportiva de jovens e crianças deve respeitar as características de desenvolvimento do indivíduo. Desta forma deve-se respeitar as diferentes etapas desse desenvolvimento.

De acordo com Brito et al. (2004) a excelência do rendimento só pode ser atingida, quando nos escalões de formação o treino e a aprendizagem da modalidade forem correctamente efectuados. Assim, o processo de treino com crianças e jovens deverá proporcionar uma grande diversidade de experiências.

Ser jogador de futebol é, ainda hoje, o sonho de muitas crianças. Talvez pelos ordenados que se praticam, pelo reconhecimento social, ou pela simples paixão pelo jogo, mas o caminho que guia a este sonho está muito perto daquele que o pode condenar ao insucesso.

Sabemos da importância dos estudos sobre os factores mais determinantes para o desenvolvimento da excelência, mas, também, nos parece fundamental que se estude o que poderá impedir esse mesmo desenvolvimento. Com efeito, nem todos os indivíduos com prestações elevadas durante a sua formação atingem o mais alto nível enquanto adultos. Inclusivamente muitos desistem pelo caminho, outros simplesmente, não conseguem continuar a destacar-se face aos restantes. Então porquê há jogadores que se destacam na formação, mas enquanto seniores não conseguem atingir a excelência?

Segundo Morgan e Giacobbi (2006), é determinante que se investiguem as experiências de atletas que passam pelas mais diversas dificuldades e insucessos. O conhecimento proveniente do estudo destas razões reúne, a nosso ver, uma importância crucial, até porque tem sido negligenciada pela investigação, a qual se tem concentrado em estudar atletas que atingem o sucesso e, não tanto, aqueles que não o conseguem alcançar enquanto profissionais.

O nosso estudo tem como objectivo identificar factores inibidores da excelência no futebol.

Na consecução deste trabalho, para além de se proceder a revisão da literatura, de forma a conhecer os aspectos relacionados com a problemática em questão, será efectuada uma entrevista aberta a alguns jogadores e ex-jogadores de nível superior, com vista a estabelecer uma relação entre o que a literatura preconiza e o que acontece na realidade.

Assim, o presente estudo será estruturado da seguinte maneira:

1. O primeiro capítulo, a introdução, tem como objectivos: apresentar e justificar a pertinência do estudo, delimitar o problema e definir os objectivos;

2. O segundo capítulo consiste numa revisão da literatura relacionada com o tema em apreço;
3. O terceiro capítulo é a descrição do material e da metodologia adoptada;
4. O quarto capítulo é a apresentação da análise das entrevistas;
5. No quinto capítulo será apresentada a discussão, onde se estabelece uma relação entre a literatura e o que os entrevistados pronunciaram;
6. No sexto capítulo, apresentar-se-ão as conclusões;
7. No sétimo capítulo, serão dadas sugestões para futuros estudos;
8. No oitavo capítulo, serão indexadas todas as referências bibliográficas mencionadas no texto dos pontos anteriores;
9. No nono capítulo, serão anexados, a carta de esclarecimento para o entrevistado, o guião das entrevistas e as transcrições das mesmas.

Por último, mas não menos importante, não podemos deixar de referir que este estudo não tem como objectivo encontrar o “segredo” que justifique o porquê de jogadores que se destacam durante a sua formação não consigam atingir a excelência enquanto adultos, mas sim colaborar para uma melhor compreensão deste acontecimento, o qual, até à data, tem sido pouco estudado na área do futebol português.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2. Revisão da literatura

2.1 Formação desportiva... um processo de longo prazo

Com o decorrer dos anos o desporto tem-se tornando cada vez mais diversificado, para isto contribuem as distintas práticas que vão desde a manutenção e recreação ao alto rendimento. Estas, mesmo com as suas diversidades, devem procurar articular-se entre si de forma congruente (Vieira, Adelino & Coelho, 1999).

Segundo Brito et al. (2004) o desporto de alto rendimento é aquele que acarreta uma maior importância para o progresso desportivo. Isto porque tem uma enorme aptidão para produzir um crescente interesse e entusiasmo pela actividade física, traduzindo-se naturalmente na generalização da sua prática.

Contudo, torna-se necessário repensar o planeamento da formação desportiva, com o intuito de melhorar esse quadro já que entre os jovens que começam a prática desportiva, poucos são aqueles que reúnem capacidades para aceder ao desporto de alto rendimento. Outros porém, ainda que atinjam esse patamar, exibem uma evolução de resultados abaixo do desejado (Brito et al., 2004).

É importante centralizar esforços no sentido de obter um quadro teórico de referência consistente sobre: o número de anos de treino essenciais para se chegar ao alto rendimento; a idade em que o treino deve ser iniciado; a idade em que dever começar o treino específico (Rolim, 1998) e, entre outros aspectos, as particularidades que devem encorpar o processo de formação desportiva.

As crianças e os jovens têm direito a uma prática desportiva alicerçada por valores pedagógicos e éticos consistentes, assente num projecto organizado e fundamentado em princípios científicos (Cunha, 1999), seguindo um conjunto de etapas de superação evolutiva e que não seja uma simples cópia da prática dos adultos.

A prática desportiva dos jovens deve ter em atenção as carências dos praticantes, consideração pelos seus ritmos de maturação e que seja

compreendida numa óptica de longo prazo. Mesmo assim, continua a ser usual encontrarmos, na maioria dos clubes, crianças e jovens a treinarem e a serem responsabilizados como se fossem jogadores adultos. O treinador e a metodologia empregada no treino, não podem ignorar o conhecimento do meio envolvente e dos fenómenos resultantes dos processos ontogénicos (Brito et al., 2004).

Assim, a formação desportiva dos jovens praticantes com vista a alcançar a excelência desportiva, deve projectar-se no âmbito de uma visão a longo prazo (Ramlow, 1992), sendo a função do treinador ajustar o treino às principais singularidades evolutivas de cada idade (Manno, 1992).

Filin (1996) reforça este desígnio referindo que os grandes resultados somente poderão ser obtidos através de uma preparação frequente e cautelosa de vários anos.

Grosser, Bruggemann e Zintl (1989) acrescentam também que apenas uma planificação do rendimento a longo prazo, gerada de forma consciente e sistemática, é coerente e pode levar ao êxito, sendo ao mesmo tempo eficaz e humana.

Desta forma, o processo de formação desportiva deverá ser compreendido como um conjunto de tarefas a serem realizadas gradualmente num prazo alargado de tempo que poderá durar aproximadamente oito a dez anos, até se alcançar a etapa de alto rendimento (Coelho, 1985; Gonçalves, 1988; Grosser et al., 1988; Vicente, 1995; Filin, 1996; Monteiro, 1997; Nespreira, 1998; Raposo, 2000).

Neste âmbito, Vieira et al. (1999) apresentam alguns desígnios essenciais ao processo de formação desportiva:

- O desporto para crianças e jovens deve distinguir-se principalmente, tanto na sua caracterização como nos seus propósitos, do desporto de adultos;
- Cada escalão etário reclama processos pedagógicos-didácticos próprios e orientações particulares, na organização e orientação/direcção do treino e da competição.

- As etapas do processo de formação desportiva diferem entre si pelos seus propósitos predominantes, tipo de organização, conteúdos, meios e métodos;
- Existe uma manifesta selectividade no ingresso às etapas finais deste percurso: são poucos os que mostram aptidões que lhes permitem entrar no alto rendimento;
- O modelo de formação deve defender a indispensável diversidade de experiências motoras e corporais e o ajustado ambiente de treino, de aprendizagem e de competição;
- Não há verdadeira especialização sem que os praticantes passem por fases anteriores de formação que fomentem um desenvolvimento evolutivo, sortido e absoluto de todas as estruturas, funções e capacidades;
- A formação desportiva é um processo a longo prazo, ordenado em distintas etapas.

Todavia, Platonov (1997) lembra-nos que a organização e a durabilidade da formação desportiva a longo prazo são condicionadas pelos seguintes factores:

- Nível de preparação dos praticantes que potencialmente poderiam garantir a aquisição de resultados elevados;
- Particularidades individuais dos praticantes e ritmo da sua maturação biológica, que em vários aspectos estão relacionados com o ritmo de crescimento dessa excelência desportiva;
- Formação e progresso sistemático e regular das diferentes componentes da excelência desportiva;
- Estrutura da competição na disciplina ou modalidade em consideração;
- Desenvolvimento estável dos processos de adaptação dos sistemas funcionais; fundamentais para a disciplina ou a modalidade pensada.

Brito et al. (2004) referem que o trajecto em direcção ao alto rendimento é encarado como um processo que pressupõe várias etapas devidamente

reconhecidas e caracterizadas. Nestas procura-se, de forma estável, ajustada, evolutiva e de acordo com o desenvolvimento biológico do praticante, determinar as orientações que esse caminho deverá assumir.

2.1.1 A escalada para o êxito: da planície ao cume

Na opinião de Sánchez (1995), o potencial do organismo humano prospera, especialmente, mediante a contínua interação entre a solicitação do ambiente circundante e a predisposição hereditária. E quando a solicitação tenta alterar o processo de desenvolvimento natural por meio da intervenção ambiental, começamos a falar de treino. Este visa, assim, o aperfeiçoamento das habilidades/capacidades humanas.

A análise dos resultados das provas desportivas mais relevantes demonstra que os praticantes cujos níveis de rendimento são elevados, ganhem normalmente os pré-requisitos necessários durante a sua infância e juventude (Ramlow, 1992).

É essencial compreender que o treino desportivo, desde a sua iniciação até à sua mais elevada expressão de alto rendimento, constitui um processo unitário e integral que deve estruturar-se coerentemente (Sánchez, 1995). Isto é, em etapas contínuas, com propósitos e particularidades naturalmente diferenciados, formando assim um processo permanente de preparação dos praticantes (Raposo, 2000).

Apesar da discordância quanto à nomenclatura das etapas, constata-se a preocupação em torno das necessidades de constituir a formação desportiva em fases. Estas visam, antes de mais, harmonizar o desenvolvimento desportivo do praticante ao processo biológico normal da maturação e crescimento funcional e orgânico (Proença, 1986).

Como refere Proença (1986), o importante é elaborar os conteúdos, meios e métodos de treino em função de propósitos que tenham em consideração o processo de crescimento e desenvolvimento individuais, com vista a não apressar ou atrasar a total expressão das capacidades de cada

praticante.

Factores como a idade individual do início da prática desportiva, as singularidades do conteúdo e a construção do treino desportivo, o cunho da actividade competitiva, as peculiaridades individuais do desenvolvimento do praticante (Platonov, 1994; Añó, 1997; Matvéiev, 2001), entre outros, são os grandes responsáveis pela variação na duração e no período da execução das diferentes etapas.

A orientação do processo de treino nessas etapas, assim como a extensão das cargas impostas, os meios e os métodos de treino e correspondentes conteúdos, deverão ser programados em função dos processos e da idade de crescimento dos diversos órgãos, sistemas e estado de maturação psicológica do praticante (Platonov, 1997).

Embora conscientes das dificuldades decorrentes de determinar a correlação entre as etapas desportivas e a correspondente idade dos praticantes (ainda que as mesmas apenas procurem ser somente um referencial de orientação) procuramos dividir o processo formativo em quatro etapas. Tomámos por base as ideias da estrutura do treino a longo prazo de Bompa (1999), Baz (2000) e Fuentes-Guerra (1997).

Segundo Brito et al. (2004), é importante mencionar que a transição de uma etapa para outra não acontece de uma forma súbita, mas sim gradualmente (uma etapa converte-se em outra).

2.1.1.1 Iniciação desportiva... os primeiros passos de uma longa caminhada

Diemm (1978) e Romero (1989), referem que a iniciação desportiva pode acontecer através de actividades coadjuvantes para a posterior prática desportiva, ou seja, muito antes de o praticante conviver com um determinado desporto em concreto.

Tendo isto em conta, pensamos que o processo de iniciação desportiva deve ser compreendido como uma acção pedagógica que procure evoluir de

forma gradual e variada de maneira a permitir ao praticante alcançar o “domínio” dos alicerces de uma determinada modalidade. E não apenas como o momento em que o praticante inicia a sua prática desportiva (Brito et al., 2004).

Baz (2000), enuncia que a iniciação desportiva deve ser vista como um processo cronológico, que permitirá ao praticante alcançar os conhecimentos elementares sobre o regulamento de uma ou diversas modalidades, assim como o domínio dos alicerces da execução das distintas habilidades e destrezas que compõem o património motor deste.

2.1.1.1.1 Começo

Hoje em dia as crianças começam a treinar desde muito cedo, independentemente da natureza ou particularidades da especialidade desportiva (Marques, 1991).

Como razões para o começo prematuro da preparação desportiva encontramos, entre outras (Hahn, 1988):

- As ambições desproporcionadas dos pais que querem converter os seus filhos em “astros” do desporto;
- A antecipação da idade de máximo rendimento a nível internacional e nacional;
- A busca de êxito por parte dos treinadores, clubes e/ou federações que ambicionam alcançar, no menor tempo possível, um aumento do seu prestígio através do êxito obtido pelos seus praticantes;
- O desenvolvimento de um sistema de competições para crianças/jovens em tudo parecido à competição dos adultos.

Através disto, e tendo também em conta que o estado biológico e psicossocial do praticante nem sempre corresponde linearmente com a sua idade cronológica, podemos afirmar que continua a ser controverso precisar a idade na qual deve acontecer a iniciação desportiva.

Segundo Coelho (1988), a idade cronológica proporciona elementos

insuficientes e pouco sólidos sobre o processo de maturação fisiológica, atômica e psíquica do praticante em desenvolvimento.

Todavia, apesar de não ser estabelecido, senão aproximado e empiricamente, o momento em que deve acontecer a iniciação desportiva, é frequente encontrar na literatura referências ao período entre os sete e os dez anos (Romero, 1989; Delgado, 1994; Campbell, 1998; Fuentes-Guerra, 2000).

Outros são os autores que remetem o seu começo para os primeiros níveis de escolaridade (Kemp, 1985; Matvéiev, 1990; Marques, 1991).

Piaget (1980), refere também que apenas aos sete/oito anos a criança se encontra apta, do ponto de vista psicossocial, para a aprendizagem inicial dos desportos, visto que já participa em actividades regradas.

Se a determinação exacta da idade em que sucede este período pode ser alvo de algumas controvérsias, a unanimidade é geral quando se trata de indicar que a iniciação deve acontecer antes do início da puberdade (Fuentes-Guerra, 2000).

Mesmo tendo em conta todas estas referências, é essencial destacar que o momento de iniciação desportiva deve ter em atenção a especificidade de cada modalidade desportiva (Brito et al., 2004).

2.1.1.1.2 Particularidades

Durante a infância e a adolescência acontecem inúmeras transformações quantitativas e qualitativas ao nível das estruturas e das funções do organismo humano, com um carácter irregular, diferenciado e descontínuo, as quais não podem ser ignoradas (Coelho, 1988).

Desta forma, Brito et al. (2004) mencionam que um dos grandes propósitos da iniciação desportiva é fundar as bases para o posterior desenvolvimento de uma capacidade de rendimento desportivo ao mais elevado nível. Assim, podemos afirmar que é favorável a participação em mais do que uma modalidade, de modo a permitir uma aprendizagem adequada ao praticante e rica em diferenciação.

Os conteúdos do treino nesta etapa devem ser, principalmente, de

carácter multilateral, ou seja, inespecífico (Coelho, 1985; Ramlow, 1992; Schmolinsky, 1992; Manso, Valdivielso & Caballero, 1996; Platonov, 1997; Martin, 1998; Bompa, 1999; Lopez, 2000).

Mesquita (1997) salienta que o desenvolvimento multilateral do praticante no início da sua formação constitui uma condição imprescindível para a obtenção de elevados níveis de rendimento no futuro.

É nesta etapa que se deverá procurar introduzir algumas formas elementares das técnicas básicas das diversas modalidades. Note-se, no entanto, que uma execução técnica precisa ainda não representa um papel importante. De forma a não contrair estereótipos de carácter motor esta deverá ser evitada (Sánchez, 1995; Platonov, 1997).

Simultaneamente, ainda que de forma ponderada, as capacidades condicionais – orgânico-musculares – deverão ser solicitadas, procurando sempre respeitar o processo de desenvolvimento global do praticante (Sánchez, 1995).

Durante a iniciação desportiva, as sessões de treino orientado não deverão exceder o número de duas ou três por semana, nem ter uma duração superior a sessenta minutos (Platonov, 1997).

Ainda neste âmbito, Grosser et al. (1989), não fazendo distinção entre as distintas modalidades desportivas, propõem três a quatro unidades de treino por semana.

Segundo Brito et al. (2004) a iniciação desportiva deve assumir-se como uma possibilidade de revelação de aptidões. Também deve impulsionar uma melhoria da saúde do praticante, bem como fortalecer determinadas condutas sociais (a ambição, o bom comportamento, o espírito de sacrifício, etc.).

Ademais, as actividades desenvolvidas devem ser principalmente lúdicas, proporcionando um espaço de prazer e de divertimento para os praticantes (Graça, 1999).

Nesta linha de pensamento, Côté, Baker e Abernethy (2003) explicam que o envolvimento em muitas actividades de jogo/brincadeira deliberada, durante os primeiros anos, dá aos atletas jovens a oportunidade de se aplicarem em actividades intrinsecamente reguladas e que podem,

subsequentemente, ajudá-los a tornarem-se mais auto-determinados e comprometidos com a sua participação futura no desporto.

Côté, Baker e Abernethy (2003) comentam um estudo de Knop (1996), demonstrando que, segundo este autor, embora os desportos se tenham tornado mais organizados e institucionalizados nos últimos anos, a primeira experiência no desporto dos atletas de excelência de desportos colectivos, continua a estar relacionada com a importância de brincar e experimentar novos e diferentes meios de executar habilidades, mais do que atingir uma meta.

Neste sentido, Kirk (2005) sugeriu que a diversidade do desporto abarca e estimula, desde cedo, uma qualidade de aprendizagem de experiências e percepções de competências, as quais se transformam em motivação para a participação contínua. Alguns psicólogos (Hansen, Larson & Dworkin, 2003) têm sugerido que o desenvolvimento em diversas estruturas das actividades durante o tempo livre pode resultar numa variedade de resultados positivos. Com efeito, o tempo livre pode oferecer aos adolescentes uma vida mais relaxada em termos físicos e psíquicos, desta forma eles são capazes de encarar a prática desportiva de uma maneira mais descontraída (Côté et al., 2003; Côté & Fraser-Thomas, 2007).

Assim, a diversificação em baixas idades ajuda o desenvolvimento da competência física, o prazer e a contínua motivação da participação desportiva (Côté & Fraser-Thomas, 2007; Kirik, 2005).

Segundo Côté et al. (2003), um ambiente de brincadeira durante os primeiros anos de envolvimento de uma criança no desporto podem explicar a aprendizagem precoce e a motivação excepcional dos atletas de excelência, porque parece conduzir a uma subsequente aprendizagem e ao envolvimento na prática deliberada.

Para Ericsson, Krampe e Tesch-Römer (1993), as práticas deliberadas apontam que para atingir o status de excelência em qualquer domínio é preciso 10 anos ou 10.000 horas de prática deliberada. A prática deliberada é definida como uma actividade altamente estruturada que requer esforço, gera recompensa não imediata e é motivada pela meta de melhorar o desempenho

mais do que o próprio gosto.

Os autores pioneiros desta teoria (Ericsson et al., 1993) e aqueles que a têm abordado em diversos estudos (Abernethy, 1994; Hodges & Starkes, 1996; Charness, Krampe & Mayr, 1996; Helsen & Starkes, 1999), defendem a existência de uma relação directamente proporcional entre o tempo de treino acumulado e o desenvolvimento de um desempenho superior.

2.1.1.1.3 Competições

Gonçalves (1988) salienta que ignorar a competição ou até mesmo excluí-la do processo de formação desportiva da criança, não deixaria de ser um grave erro.

Na opinião de Douge (1997), uma das razões que leva as crianças e os jovens a praticar desporto relaciona-se com a possibilidade de participarem em competições. Tal facto leva a que estas, ainda que criticadas por alguns, assumam cada vez mais importância no processo de formação desportiva. No entanto, fomentá-las em conformidade e com propósitos semelhantes à dos adultos, é contribuir, salvo raras excepções para um progresso inadequado.

Como refere Lima (1990), a dinamização do desporto infantil não deve orientar-se para a criação de campeões, já que este é o propósito fundamental das competições organizadas pelo desporto dos adultos.

Desta forma, aqueles que têm responsabilidades na formação desportiva de crianças e jovens devem ter como grande objectivo integrar a competição de forma ajustada (Brito et al., 2004).

O actual sistema de competições continua a responsabilizar excessivamente os praticantes. Añó (1997) adverte que, sobretudo em idades inferiores aos doze anos, esta é uma das causas fundamentais para o abandono dos praticantes, pois muitos revelam-se incapazes de aguentar a responsabilidade dessa participação e abandonam a prática desportiva.

Independentemente da etapa de preparação desportiva, o modelo de treino, assim como o sistema de competições deveriam guiar-se por uma estratégia e filosofia comuns (Vieira et al., 1999).

Para além disso, ambos (competição e treino), deveriam mostrar uma especialização crescente. Caso contrário, como refere (Vieira et al., 1999), estaremos a contribuir para o desenvolvimento de um quadro de formação desportiva caracterizado, essencialmente por uma:

- Repetição exaustiva das tarefas e limitação das iniciativas individuais diminuindo o prazer da prática;
- Aprendizagem apressada visando a obtenção de resultados a curto prazo;
- Reprodução rígida dos rituais dos adultos;
- Progressão demasiadamente rápida na intensidade da preparação em detrimento do volume.

De forma a evitar esse quadro, as competições durante a etapa de iniciação desportiva deverão fomentar a formação dos pressupostos coordenativos, técnico-táticos e orgânico-musculares, entre outros, que estejam de acordo com o nível de desenvolvimento ontogénico dos jovens (Marques, 1997).

São as competições que devem servir os propósitos da preparação desportiva e não o contrário (Marques, 1991). O mesmo autor realça que as competições, nesta etapa, devem constituir uma extensão do treino.

Lima (1990), lembra-nos a necessidade de oferecer actividades em grande quantidade: um grande número de jogos, assim como competições e torneios. As oportunidades de obtenção de êxito desportivos devem ser frequentes e diversificadas, mas sem introduzirem a vertente negativa da competição dos adultos, isto é, a vitória como objectivo (quase) exclusivo. Musch e Grondin (2001) indicaram que os factores psicológicos, as oportunidades de treino e as experiências de competição também podem ajudar na formação de um atleta de elite.

Também Schmolinsky (1992) nos relembra da necessidade de proporcionar experiências competitivas pretendendo desenvolver no praticante uma atitude correcta (valorizando a amizade em detrimento do confronto).

Face às particularidades da competição e do treino não se justifica uma periodização no seu sentido estrito (Marques, 1997; Baz, 2000).

Também Grosser et al. (1989) não acham necessidade na existência de um modelo de periodização tradicional. Este facto justifica-se pelos seguintes motivos:

- O nível de forma das crianças destas idades ostenta constantes altos e baixos durante os seis a nove meses de treino;
- Os típicos períodos de competição, pelos seus efeitos negativos, não deverão existir;
- Os diferentes períodos de férias, assim como também alguns estados de doença característicos, interrompem só por si os ciclos de treino;
- As crianças alcançam rapidamente a forma.

Porém, em virtude do treino infantil estar dependente da situação da criança no sistema escolar, aos hábitos dos pais e, até certo ponto, pela oferta de actividades a realizar (Camí, 2000), aquela poderá, assim, estruturar-se segundo a lógica das actividades escolares (Marques, 1997; Baz, 2000).

2.1.1.2 Orientação desportiva... a primeira de muitas opções a tomar

Carvalho e Vilte (1989) referem ser este o momento em que o praticante, apoiado no conhecimento das suas condições internas e externas e no grau de desenvolvimento da sua condição, da sua técnica e tática, irá decidir-se por uma modalidade ou especialidade desportiva. Assiste-se, assim, à orientação inicial do praticante para a prática frequente de uma actividade desportiva e ao desenvolvimento dos fundamentos dessa modalidade desportiva (Marques, 1993).

Segundo Lima (1981) a orientação desportiva constitui-se como a parte inicial e a mais importante da formação desportiva numa determinada modalidade. Pois, trata-se de uma fase em que os praticantes estão preparados para assumir um compromisso que irá determinar a sua prática regular e sistemática (Ferreira, 2000).

2.1.1.2.1 Começo

Segundo Marques (1985) e Bompá (1999) a orientação desportiva, para a maioria das modalidades desportivas, deve acontecer entre os onze e os catorze anos de idade. Também Lima (1981) e Añó (1997) apontam estas idades como referenciais para o seu início.

Brito et al. (2004) mencionam que não se deverão efectuar determinados trabalhos apenas porque se tem uma determinada idade, nem tão pouco concluí-los por se ter ultrapassado essas idades. Nesta etapa o treino deve ter em atenção a preparação para a especialização e não a própria especialização. Assim, compete ao treinador delinear os propósitos do plano de formação e identificar o momento mais oportuno para o início desta nova etapa.

Na opinião de Hahn (1988), uma programação rígida segundo as idades (criança, adolescente e adulto) expõe desequilíbrios e não coincide, por vezes, com a realidade.

2.1.1.2.2 Particularidades

Esta será uma etapa de consolidação das habilidades aprendidas aquando da iniciação desportiva, ou seja, uma continuação do trabalho executado nos anos anteriores. Há ainda a considerar que é durante este período que se começa gradualmente a dar destaque à aprendizagem das habilidades específicas das modalidades (Ramlow, 1992; Manso et al., 1996; Platonov, 1997; Bompá, 1999), exercitando-as em situações de crescente complexidade e variedade. O mesmo acontece com os fundamentos dos aspectos tácticos, quer ao nível das práticas individuais como colectivas (Cunha, 1999).

Segundo Carvalho (2000), a fase entre os dez e os treze anos é considerada por diversos autores como o melhor período para a aprendizagem motora.

Neste contexto, Bedoya (1995) alerta-nos para a necessidade de se iniciar a aprendizagem das habilidades específicas, mediante planeamentos

metodológicos adaptados.

Fuentes-Guerra (2000) refere que nesta etapa deve-se começar a trabalhar de forma específica uma determinada modalidade. Porém, de forma a aperfeiçoar as suas habilidades e meios técnicos-táticos, os praticantes se deverão formar em todas as posições e postos específicos, evitando deste modo a especialização, a qual ainda não é desejada.

Todavia, pensamos ser favorável a existência de uma segunda modalidade. Note-se, no entanto, como refere Coelho e Silva (1999), a prática de uma segunda modalidade em simultâneo deve continuar, mas agora com menor ênfase relativamente à etapa anterior.

Ademais, esta opção não deve ser tomada inconscientemente. Entre os desportos escolhidos deverá existir um considerável grau de compatibilidade (Lima, 1981; Fuentes-Guerra, 2000).

Brito et al. (2004) mencionam que não é oportuno privilegiar determinada capacidade em prol de outra, pois ao fazê-lo poder-se-á arriscar o desenvolvimento equilibrado das distintas capacidades, que continua a ser uma máxima.

Aliás, Lima (1981) lembra-nos que nesta etapa ainda não se deve tender para um domínio profundo das técnicas específicas de uma determinada modalidade, visto que o desenvolvimento e o crescimento das crianças e adolescentes poderão alterar as suas opções desportivas.

Como refere (Manno, 1992), as características motoras, biológicas e psicológicas do praticante não lhe permitem cargas maçudas e/ou prolongadas.

Com efeito, atendendo às diversas transformações que o praticante sofre durante a puberdade ao nível dos diferentes sistemas anatomofisiológicos, é muito importante que o treinador domine as diferentes variáveis que determinam essas transformações (Raposo, 2000). Sobretudo, poder organizar todo o processo de treino desportivo de uma forma ajustada.

As actividades desenvolvidas na etapa de orientação desportiva devem também possibilitar um espaço de “diversão” e de convivência social, de forma a facultar ao adolescente um desenvolvimento estável, assim como uma adequada incorporação no seio do grupo (Brito et al. 2004).

É durante a etapa de orientação desportiva que o processo de treino irá adquirindo as características do treino desportivo (Lima, 1981; Matvéiev, 1990). Também Gonçalves (1988) reforça esta opinião ao referir que as actividades constantes no programa de formação dos praticantes, nesta etapa, devem começar a ser apresentadas e consideradas sob a forma de treino desportivo. Este deve ser sentido como meio indispensável para a participação nas competições desportivas estruturadas e mais rigorosas, mas ainda não como um processo que vise a obtenção de períodos de forma desportiva.

Martin (1998) sugere para as modalidades técnico-acrobáticas e natação três a cinco treinos por semana com uma duração total de seis a doze horas e para as outras modalidades dois a quatro treinos por semana com uma duração total de três a oito horas.

Raposo (1989) alerta-nos referindo que a obtenção de grandes resultados, nas idades jovens, como consequência de cargas de treino desajustadas à idade do praticante (super-treino) conduz a uma futura incompetência de criar novas adaptações funcionais, conduzindo igualmente o praticante para o abandono.

2.1.1.2.3 Competições

Brito et al. (2004) afirmam que as competições ainda deverão ter como principais objectivos a observação do comportamento do praticante e a avaliação da sua formação desportiva nos vários domínios.

Lima (1988) reforça esta opinião ao referir que em nenhum momento se deve exigir que os praticantes, nesta etapa, conquistem recordes/máximos absolutos e participem nas competições em regime de esforços máximos. Ao pretende-lo, é condená-los a um envelhecimento desportivo precoce, é impedi-los de alcançar a excelência desportiva.

Marques (1997), neste âmbito, realça que, com vista a atingir uma formação alargada ainda se deve realizar, nesta etapa, competições em diversos desportos. Estas devem ser simplificadas e o regulamento facilitado e adaptado à idade dos praticantes. Lima (1981) acrescenta que estas devem ser

organizadas a nível interno, local ou regional e com participação dos praticantes na organização do quadro competitivo.

Também Vieira et al. (1999) aclama a necessidade de os quadros competitivos privilegiarem uma organização local e regional, não sendo aconselhável a realização de competições nacionais nesta etapa.

Ademais, as competições devem ter uma curta duração, ocorrerem com frequência, proporcionando diferentes possibilidades de sucesso aos seus intervenientes, reduzindo, dentro do possível, a eliminação dos derrotados (Mesquita, 1997; Rost, 1997; Vieira et al., 1999). Devem ser vistas como um momento de convívio entre grupos equilibrados de praticantes, com desenvolvimento técnico e níveis de aprendizagem semelhantes (Brito et al., 2004).

Desta forma, os responsáveis (treinadores, clubes, associações e federações) devem contribuir para que a competição se articule com as características, interesses e necessidades dos praticantes, concedendo-lhes possibilidades de aprender, crescer e participar através do desporto (Coelho, 1988).

Pelo facto de a competição começar a ser ordenada em quadros institucionais e se começarem a evidenciar diferenças entre esta e o treino, justifica-se, no planeamento das actividades, o início da periodização do treino (Marques, 1997).

Face as especificidades e ao número que a competição ainda deve assumir, não deve orientar-se pelo ciclo competitivo dos adultos (Hahn, 1988), isto é, não são as competições que devem determinar a estruturação da época desportiva em períodos.

Tendo por base essa preocupação, Camí (2000) realça que a periodização do treino deverá ser composta por ciclos de três a quatro meses de duração, baseados no volume e na multilateralidade, usando as competições como mais um conteúdo de treino, fazendo combinar os períodos de descanso com as férias escolares.

Na mesma perspectiva, Marques (1997) e Flores (1995) propõem uma concordância entre a lógica da periodização e o quadro organizativo em que se

realizam as actividades escolares.

À medida que nos aproximamos do término da etapa de orientação desportiva, as competições destinadas aos jovens praticantes, deverão começar a ser realizadas de forma calendarizada (Rost, 1997), com calendários adaptados à avaliação periódica do desenvolvimento das capacidades (Lima, 1981). Estas, poderão, agora, servir para avaliar os pré-requisitos necessários para o início da especialização desportiva.

2.1.1.3 Especialização desportiva... a escolha do trilho adequado para chegar ao cume

Após um considerável período de treino que visou essencialmente desenvolver o praticante de uma forma global/geral (procurando prepará-lo para conquistar resultados progressivamente melhores), chega o momento em que é necessário especializá-lo, tanto numa modalidade, posto, ou técnica desportiva (Raposo, 2000).

Segundo Añó (1997) a especialização é o fruto da opção de um praticante (motivada pela sua condição física/técnica e pela sua personalidade) por um desporto em concreto, da qual resulta uma prática regular, exclusiva e contínua.

Añó (1997) distingue dois tipos de especialização, a especialização interna e a especialização externa. A primeira corresponde à escolha de uma modalidade desportiva. A segunda refere-se a uma disciplina desportiva, como por exemplo o salto em altura, ou a um “posto específico” que um praticante ocupa dentro desse desporto.

2.1.1.3.1 Começo

A especialização pressupõe que os jovens, motivados pelas suas capacidades motoras, iniciem uma prática frequente, particular e regular numa determinada modalidade desportiva. Esta, por vezes, ocorre em virtude de ser

o único desporto que se pratica num determinado lugar, escola ou clube, ou ainda, por vontade dos pais (Añó, 1997).

Segundo Bompa (1999), a partir dos dezasseis ou dezassete anos, inicia-se a especialização, o que significa começar a preparação realizada de modo mais persistente no tipo de treino necessário a uma determinada modalidade desportiva. Isto, para tentar atingir bons resultados desportivos, ou pelo menos, tentar satisfazer as necessidades dos praticantes.

Ainda neste contexto, outros são os autores que referem o período entre os treze e os quinze ou dezasseis anos como o mais apropriado para o início da especialização desportiva (Nespreira, 1998; Raposo, 2000).

Añó (1997) recomenda que a especialização tenha o seu começo aos catorze anos, para as modalidades desportivas cuja idade de alto rendimento se situa acima dos vinte anos.

Embora as idades de especialização desportiva alternem de acordo com o perfil motor do praticante e as características próprias da especialidade desportiva, a especialização correcta (entenda-se não prematura) na maioria dos desportos, será aquela que ocorre depois da puberdade ou simultaneamente com ela (Hahn, 1988; Grosser, et al., 1989).

Bedoya (1995), consolida essa opinião ao alertar-nos para a necessidade de se evitar, em regra geral, uma especialização excessivamente acentuada num só desporto antes dos doze anos.

2.1.1.3.2 Particularidades

No seu início, segundo Fuentes-Guerra (2000), a especialização começa por ser pouco profunda.

Em conformidade Añó (1997), realça que a especialização, para além de não suceder de forma súbita, necessita de cumprir determinados requisitos para que seja produtiva, nomeadamente:

- Evitar a especialização desportiva precoce, a qual anula a possibilidade de um desenvolvimento posterior em outros desportos, modalidades ou postos específicos;

- A conveniência de efectuar uma especialização globalizada por áreas próximas em vez de uma especialização directa numa só especialidade ou posto específico.

Sendo assim, a especialização deverá apoiar-se num trabalho frequente e continuado, onde a carga de treino irá sendo cada vez mais individualizada (Brito et al., 2004).

Começa-se assim a utilizar, maioritariamente, os meios que permitem ampliar as potencialidades funcionais do organismo do praticante, sem aplicar um grande volume de carga, embora aproximando-se, dentro do possível, às características da actividade competitiva (Platonov, 1997).

Assim, no que toca aos jogos desportivos colectivos, Pintor (1989), refere que o treino deve fomentar a especialização das habilidades motoras em função das características individuais do praticante; a amplificação e o aperfeiçoamento da prática de meios colectivos básicos; o aumento da capacidade física geral; o aprofundamento do conhecimento do regulamento; o começo da táctica colectiva complexa; a melhoria da aplicação de noções estratégicas individuais e colectivas e a ampliação do conhecimento teórico de factores tácticos, estratégicos e de condição física.

De acordo com esta nova dimensão do processo de treino, é fundamental estar sensível à resposta do praticante, uma vez que, segundo Hahn (1988), essa especialização poderá exigir um nível de dedicação, uma intensidade e uma capacidade para o treino, que alguns não dispõem ou não estão preparados para aguentar.

Segundo Schmolinsky (1992), na etapa de especialização desportiva, há necessidade de imprimir nos praticantes dois aspectos muito importantes: uma forte vontade de evoluir e uma atitude positiva em relação à preparação desportiva.

Nesta etapa, em virtude das suas características, registam-se modificações significativas nas proporções dos vários tipos de preparação, de entre as quais se destaca o aumento substancial da preparação específica em detrimento da geral (Platonov, 1997).

Brito et al. (2004) alertam-nos para o facto de que mesmo assim é

importante ter em atenção que o início da especialização desportiva não põe termo à preparação geral.

Também Matvéiev (1990) reforça esse pressuposto ao mencionar que a especialização desportiva não exclui o desenvolvimento múltiplo do praticante. Segundo este autor, somente através de um desenvolvimento geral das possibilidades funcionais do organismo e do desenvolvimento múltiplo das possibilidades físicas e psicológicas é possível atingir um maior progresso numa determinada modalidade desportiva.

Poder-se-á aconselhar que, em virtude de esta etapa usualmente condizer com os escalões juvenis e júnior, o praticante no escalão juvenil se decida por uma disciplina desportiva, e que no escalão júnior comprove essa especialização (Brito et al., 2004).

No escalão júnior, segundo Coelho e Silva (1999) haverá uma aproximação às cargas máximas, juntamente com uma avaliação dos comportamentos competitivos e a definição de propósitos da carreira desportiva (a participação em competições internacionais, aspiração a praticante profissional, entre outras).

Brito et al. (2004) referem que de acordo com as ponderações definidas, as modificações significativas no número de unidades de treino por semana deverá progredir ao longo da etapa.

Grosser et al. (1988) sugerem entre seis e dez unidades de treino por semana.

Por seu lado, Martin (1998), propõe, para as modalidades técnico-acrobáticas e natação, doze a vinte horas de treino semanal repartido por cinco a dez unidades de treino. Para as outras modalidades, oito a catorze horas de treino repartidas por quatro a seis unidades de treino.

Em conclusão, é nesta etapa que se começarão a diferenciar os praticantes que reúnem as condições para seguir a via da obtenção de altos rendimentos desportivos (Cunha, 1999). Pois, como menciona Greco, Samulski e Júnior (1997) é a partir da especialização que o praticante está em condições físicas e psíquicas de acentuar o desenvolvimento das potencialidades adquiridas.

Não obstante, Schmolinsky (1992) lembra-nos que caso um praticante não tenha uma forte determinação de evoluir, nem uma atitude consciente em relação à verdadeira dimensão do treino e que não esteja preparado para encarar exigências ainda mais penosas, não deve iniciar os treinos que visam o alto rendimento. Pois, segundo este autor, isso redundaria em desperdício do seu tempo e do próprio treinador.

2.1.1.3.3 Competições

Na etapa de especialização desportiva, à medida que o praticante vai aperfeiçoando e evoluindo o seu rendimento desportivo, o processo de competição torna-se mais individualizado. Consequentemente, a participação em competições oficiais assim como o grau de rigor destas deve aumentar progressivamente com a idade de treino e com a consequente melhoria da participação (Matvéiev, 1991).

O número de competições é maior, estas estão mais regulamentadas e há um maior interesse pelo sucesso nas mesmas. Esse maior interesse é positivo, desde que nunca se chegue a uma postura do tipo “o fim justifica os meios”. Pois, esses meios, contrários à formação do praticante e à essência da própria actividade, em nada favorecem a sua formação (Maldonado, 1992.).

Schmolinsky (1992), destaca também a importância de treinar sobre condições tão parecidas quanto possível às condições extremamente diversificadas (incluindo situações adversas).

Segundo Mataruna e Mello (2000), no final desta etapa deverão iniciarse as competições de nível internacional, contribuindo-se deste modo para uma variada acumulação de experiências. Estas irão traduzir-se num forte contributo para a obtenção do alto rendimento.

Todavia, é necessário não esquecer que em cada competição existe tanto a possibilidade de vencer como de sair derrotado (Hahn, 1988). Logo, ambas as vivências (vitória e derrota) devem ser enfrentadas como elementos de formação (Vieira, et al., 1999).

Atendendo ao aumento da participação em competições e à progressão

da carga, torna-se essencial introduzir nesta etapa uma periodização adaptada às circunstâncias (Vianna, 2001).

Marques (1997), salienta que face a importância crescente das competições, se torna legítima a existência de um modelo de periodização próximo do adoptado no desporto de alto rendimento, embora com traços muito próprios. A relação entre as cargas e recuperação não pode alcançar níveis de intensidade como no desporto de alto rendimento.

Vianna (2001) alerta-nos para a necessidade de descobrir a proporção ideal entre o treino geral e o específico, próprios para a etapa de treino e para a faixa etária. Isto, de forma a contribuir para o harmonioso desenvolvimento do potencial do praticante.

Atendendo à variedade de modalidades desportivas, Grosser et al. (1989) admitem como possibilidade, mediante a modalidade em causa, que a preparação seja dividida em um, dois ou três ciclos, os quais por sua vez são subdivididos em períodos (preparatório, competitivo e transitório).

2.1.1.4 Alto rendimento... o tão desejado cume

Para muitos autores, esta trata-se da etapa derradeira do processo de formação desportiva (Lima, 1981; Pintor, 1987; Nespreira, 1998; Bompa, 1999; Baz, 2000; Raposo, 2000).

Todo o processo de formação desportiva anterior visou aprontar o praticante para alcançar esta etapa e nela obter o máximo rendimento possível durante as competições (Raposo, 2000), pretendendo aguentar esses resultados durante um período de tempo (o mais prolongado possível, dentro de limites próprios da idade e da relação com a performance).

Sendo assim, o alto rendimento corresponde a um modelo do sistema de treino desportivo que possibilita o desenvolvimento e o aperfeiçoamento do potencial do praticante até aos seus limites máximos, tendo em consideração as estruturas do treino, a competição e a regeneração com os seus respectivos subsistemas (Greco et al., 1997).

Ademais, o alto rendimento constitui-se ainda, numa etapa de síntese e de integração de todas as capacidades humanas que, fundamentada nas conquistas da investigação científica, pretende colaborar para o conhecimento e alargamento dos limites do homem (Lima, 1981).

2.1.1.4.1 Começo

Para que esta etapa seja alcançada, é essencial que durante os oito a dez anos anteriores (Coelho, 1985; Grosser et al., 1988; Vicente, 1995; Nespreira, 1998; Raposo, 2000), todos os envolvidos, directa ou indirectamente, no processo de treino (dirigentes, treinadores e encarregados de educação) tenham a tranquilidade e a perícia necessária para levar o praticante a alcançar grandes registos, entenda-se, sucesso desportivo.

Segundo Brito et al. (2004) esta etapa deve ter o seu começo, na grande parte dos desportos, quando o processo de crescimento está praticamente finalizado e o organismo se encontra em condições de tolerar e aguentar os requisitos técnicos e físicos exigidos para o rendimento, ou seja, quando o organismo alcança a idade adulta

De acordo com esse pressuposto, Marques (1985) e Cunha (1999) apontam os dezanove anos como a idade para se proceder ao começo do alto rendimento.

Também nesse sentido, Verdugo e Leibar (1997) referem que todos os resultados de alto rendimento atingidos em idades inferiores aos 16/17 anos, se assumam como o produto de um trabalho incorrectamente planeado e orientado, o qual impedirá o jovem de atingir o seu máximo potencial.

Esta é, sem dúvida, a etapa mais dinâmica da prática desportiva. A sua duração assume uma grande relação com o nível desportivo desenvolvido nas etapas anteriores. Segundo Matvéiev (1990), esta prolonga-se até aos trinta e cinco ou quarenta anos.

Porém, para além da influência que a preparação desenvolvida nas etapas anteriores desempenha na duração da etapa de alto rendimento, em nossa opinião, não menos importante é o amparo da família, dos técnicos e de

todos os abarcados no processo, a determinação própria do praticante, a correcta preparação desportiva, a existência de equipamentos/instalações apropriados e apoio institucional (Brito et al., 2004).

2.1.1.4.2 Particularidades

Através da optimização dos distintos sistemas e recursos do treino, procura-se alcançar o máximo rendimento desportivo em uma especialidade concreta (Grosser et al., 1988).

É nesta etapa que a formação desportiva adopta os aspectos que caracterizam o aperfeiçoamento profundo da preparação desportiva dos praticantes e onde se espelha com maior realismo as exigências e as pressões sociais exercidas sobre o desporto (Lima, 1981).

Monteiro (1997) acrescenta que a esta etapa deverão ascender, fundamentalmente, os praticantes eleitos através de exigentes processos de selecção, a quem vai ser solicitado o maior rendimento.

Todavia, a etapa de alto rendimento admite diferentes níveis de performance que correspondem aos limites alcançados no desenvolvimento das capacidades individuais e a maturidade atingida pelo praticante. Esse rendimento avalia-se directamente pelo nível das competições em que os praticantes participam e pelos resultados obtidos (Lima, 1981).

A etapa de alto rendimento é caracterizada por um grande volume e intensidade de treino (Lima, 1981; Marques, 1985; Raposo, 2000), com grande incidência em exercícios de preparação especial (Matvéiev, 1990; Cunha, 1999) e de competição (Lima, 1981; Marques, 1985). Estes têm como grande propósito acelerar e estimular o processo de adaptação, conduzindo à superação do praticante.

Nesta etapa destaca-se, também, o elevado volume de treino da técnica principal, conduzindo a uma potenciação máxima das capacidades motoras específicas que influem na competição, acompanhado de um desenvolvimento máximo das qualidades tácticas e de um melhoramento do controlo emocional, por forma a certificar a participação do praticante na competição em perfeitas

condições psicológicas (Raposo, 2000).

O número semanal de unidades de treino é variável, dependendo de inúmeros factores: a intensidade das sessões de treino; as tarefas concretas do treino; as particularidades do esforço da prova; a capacidade de recuperação do praticante; entre outros (Ghibu, 1970). Não obstante, alguns autores avançam propostas neste sentido. Platonov (1997) propõe entre quinze e vinte ou até mesmo mais. Também Grosser et al. (1988) apontam para uma frequência semanal de treinos elevada (entre oito e vinte e dois).

Com efeito, todas as actividades passam, nesta fase, a ser matriculadas pelas leis e metodologia do treino desportivo (Marques, 1985; Matvéiev, 1990).

Segundo Monteiro (1997), as diferentes tarefas que compõem o treino deverão ser devidamente ajustadas às particularidades do praticante, das diferentes modalidades e enquadradas por técnicos, ou equipas de técnicos, especializados em diferentes domínios.

Como refere Fuentes-Guerra (2000), independentemente da idade, o praticante deve seguir a formação visando o aperfeiçoamento das suas habilidades, corrigindo erros, procurando variantes para os distintos meios técnico-tácticos, ou seja, complementar-se de forma a tornar-se um praticante mais completo.

Também Maldonado (1992) encara que um jogador nunca está formado, ou seja, a formação desportiva dura até ao final da sua vida desportiva.

Assim sendo, ainda que a unilateralidade da preparação assuma contornos muito acentuados é essencial uma variação do trabalho específico através da combinação e modificação de métodos de preparação (Nespreira, 1998).

Deste modo, dever-se-á fomentar a variação dos meios e métodos de treino utilizados, a aplicação de exercícios complementares (que anteriormente não foram aplicados), bem como a criação de novas estruturas de treino que estejam em condições de estimular tanto a eficácia na execução da actividade motora como a capacidade de prestação (Platonov, 1997).

Por outro lado, essencialmente, na primeira parte do período preparatório, ou durante o período de transição ou após as grandes

competições, há igualmente vantagem em recorrer à preparação geral, mesmo para praticantes de alto rendimento (Bompa, 1999).

2.1.1.4.3 Competições

Alcançada esta etapa, o praticante está habilitado a participar nas competições de organização formal, calendarizadas e apoiadas por estruturas organizativas institucionalizadas tais como clubes, associações e federações (Lima, 1981).

O quadro competitivo, na etapa de alto rendimento, deve caracterizar-se por uma exigência contínua de nível qualitativo, independentemente do grau de competição em que o praticante participe (Gonçalves, 1988). Este assume, agora, uma enorme importância na estrutura e conteúdo do treino (Matvéiev, 1990).

A competição é um meio importante para guiar a melhoria do rendimento desportivo. Como refere Raposo (1989) é ela o motor de todo o treino desportivo.

Nesta etapa assiste-se a uma elevada participação em competições nacionais e internacionais (Marques, 1985), a qual deve crescer de ano para ano (Raposo, 1989).

Os limites dessa participação estão dependentes essencialmente das capacidades físicas do praticante, dos anos de treino e das características da modalidade desportiva (Matvéiev, 1990; Manso, Valdivielso & Caballero, 1996).

Matvéiev (1990), alerta-nos para a indispensabilidade da existência de intervalos entre as competições, indispensáveis para a recuperação e desenvolvimento da capacidade de trabalho do praticante.

O treinador, em função do nível do jogador, do calendário competitivo, dos objectivos definidos, entre outros aspectos, determina o modelo de periodização a seguir (Brito et al., 2004).

O nível de exigências da preparação desportiva de alto nível compara frequentemente o praticante com a necessidade de se dedicar, por vezes em exclusivo, à sua carreira desportiva num determinado período da sua vida

(Pataco, 1997).

Como refere Lima (1985), para se obter uma posição de mérito no desporto de alto rendimento, não é suficiente adoptar uma preparação de mil horas por ano. Além de se exigir mais, é ainda necessário: competir com praticantes distintos em diversos países; horas e horas para as deslocações e viagens; fazer estágios; tempo para repouso e recuperação de esforços; e tempo para “viver fora do desporto”.

Mediante este aumento de exigência, irá aparecer o momento em que os praticantes serão confrontados com duas situações divergentes da prática desportiva, pelas quais terão de optar (Brito et al., 2004):

1. Se por um lado, seguem pela profissionalização, os níveis de rendimento atingem, logicamente, proporções mais elevadas, imprimindo uma maior dinâmica na prática competitiva a longo prazo. Desta forma, conseguem-se resultados somente exequíveis através do protagonismo que assume a actividade desportiva na vida do praticante.

2. Por outro lado, se optam por se dedicar a um emprego em detrimento da prática desportiva, esta torna-se secundária, já que a disponibilidade acaba por ser limitada, condicionando, concludentemente, os resultados obtidos.

É interessante conferir que o desporto é um dos poucos sectores da sociedade portuguesa onde tem sido possível alcançar, por vezes, níveis de excelência que têm resultado numa importante afirmação de Portugal no mundo (Pataco, 1997).

2.1.2 Uma outra forma de olhar para a formação de atletas a longo prazo

No desporto existem dois tipos de especializações, a “especialização precoce” e a “especialização tardia” (Balyi & Hamilton, 1999).

Alguns desportos, como patinagem artística, ténis de mesa, ginástica, mergulho e ginástica rítmica solicitam princípios específicos da especialização precoce (Balyi, 2001).

Por outro lado, os desportos de especialização tardia, como o ciclismo, o atletismo, o remo, os desportos de combate, os desportos colectivos e os desportos de raquetes, solicitam um enfoque generalizado no começo da formação. Nestes desportos, a ênfase da formação deve ser o desenvolvimento dos objectivos gerais, dos fundamentos motores e das habilidades técnico-tácticas (Balyi, 2001).

Sendo que Balyi (2001) considera os desportos colectivos (onde se insere o futebol) como desportos de especialização tardia, este ponto do estudo vai-se focar neste tipo de especialização.

Cada desporto de especialização precoce deve desenvolver um modelo específico de desporto, isto porque um modelo genérico teria graves implicações no desenvolvimento do atleta (falta de especificidade). O desafio dos desportos de especialização precoce é conseguir combinar a etapa dos fundamentos com a etapa da formação para treinar ou reuni-las numa única etapa, como a etapa de formação para treinar (Balyi, 2001). Para os desportos de especialização tardia, a especialização antes dos 10 anos de idade não é aconselhada, já que isto pode contribuir para o esgotamento precoce, a reforma do treino e da competição e para o abandono escolar (Harsanyi, 1983). Aliás, existem já evidências que apontam que o abandono escolar é um claro padrão da especialização precoce (Côté, Baker & Abernethy, 2003; Côté & Fraser-Thomas, 2007; Hill, 1988; Hill & Hansen, 1988; Wiersma, 2000).

Um dos mais importantes períodos de desenvolvimento motor para as crianças é entre os 9 e os 12 anos de idade (Balyi & Hamilton 1995; Rushall, 1998; Viru, Loko, Volver, Laaneots, Karleson & Viru, 1998). Durante este tempo, as crianças estão preparadas para adquirir as habilidades fundamentais de movimentação, as quais são a pedra angular do desenvolvimento de todos os atletas. Estas habilidades fundamentais incluem correr, jogar, saltar e delimitam o ABC desportivo. A introdução do ABC desportivo (agilidade, equilíbrio, coordenação e velocidade) durante este período baseia-se na excelência atlética para anos posteriores (Balyi, 2001).

Segundo Balyi (2001), as habilidades fundamentais do movimento devem ser praticadas e dominadas antes de serem introduzidas as habilidades

específicas do desporto. O desenvolvimento destas habilidades, com um enfoque positivo e divertido, colaborará significativamente para as futuras conquistas atléticas. A participação numa larga gama de desportos também deve ser incentivada. Esta ênfase no desenvolvimento motor irá formar atletas com uma melhor rentabilidade para o desenvolvimento a longo prazo em desportos específicos. Se as habilidades motoras fundamentais de treino não são desenvolvidas entre os 9 e 12 anos de idade, as competências não podem ser retomadas mais tardes (embora, programas de recuperação cuidadosamente planificados possam contribuir para um êxito limitado) (Balyi, 2001).

2.1.3 Quando a vontade de ir pelo caminho mais curto nos leva até ao precipício

Como pudemos verificar, um planeamento de treino adequadamente estruturado para jovens exige um processo a longo prazo, subdividido em etapas bem definidas, com os seus próprios conteúdos, propósitos e sistemas de competição (Martin, 1998).

Ao treinador responsável por estes praticantes exige-se que saiba planificá-lo (saiba o como e o que fazer em cada etapa de preparação), uma vez que há uma escala de prioridades (Zotko, 2001).

Hahn (1988), neste sentido, alerta-nos que a ignorância a respeito do desenvolvimento infantil, a informação irregular acerca da gestão das cargas, assim como ambições exageradas, são factores que danificam e interferem negativamente o desenvolvimento desportivo da criança.

Sendo assim, como refere Pereira (1998), treinar jovens pode também ser um risco. Veja-se que, segundo este autor, são raros aqueles que, conseguindo alcançar altos níveis de rendimento nos escalões de formação, conseguem manifestá-los, com a mesma excelência, quando adultos.

Marques (1998), explica que esta situação poderá ser resultado da aplicação de cargas de treino muito intensas (das quais resulta uma

especialização precoce) ou do facto de os pressupostos básicos (os fundamentos da prestação de alto nível) não terem sido desenvolvidos da forma mais apropriada no processo desportivo com os mais jovens.

A questão da falência desportiva deve constituir motivo de preocupação para todos aqueles que directa ou indirectamente estão envolvidos no desporto. Esta durará enquanto a formação desportiva (no sistema educativo e no sistema desportivo) continuar a ser orientada por critérios de especialização precoce e de permanente selectividade que se regem por propósitos de exaltada competição, em que o mais importante é obter a vitória e conquistar campeonatos (Lima, 1998).

Infelizmente, hoje em dia, a vitória é a grande referência de sucesso que condiciona a prática desportiva das crianças e jovens. E isto piora quando aqueles que de uma forma directa ou indirecta interferem no processo desportivo apoiam esta forma de pensar tão reducionista e empobrecedora (Brito et al., 2004).

Em consequência, como indica Lima (1998), é criado um quadro de grande pressões sobre os treinadores que, na maioria das vezes, são levados a proceder a uma formação desportiva centrada numa especialização precoce, a qual colabora para o afastamento antecipado dos jovens praticantes e para o abandono das práticas desportivas de numerosas crianças.

Neste contexto, treinar jovens poderá realmente ser um risco. E como salienta Pereira (1998) será tanto maior quanto menor for a preparação do treinador.

Personne (1987), realça que toda a actividade desportiva desenvolvida antes da puberdade, caracterizada por uma alta dedicação ao treino (mais de 10 horas por semana) e com finalidade competitiva e não formativa, resulta numa especialização precoce.

É nesta situação que os valores educativos do desporto e os seus presumíveis resultados positivos sobre a saúde se vêm comprometidos por interesses eminentemente competitivos (Andújar & Soto, 2000).

Wiersma (2000) indicou que as organizações desportivas pudessem necessitar de limitar as horas de treino das crianças num desporto específico,

tendo em conta a idade.

Segundo Brito et al. (2004), podemos concluir que, no que toca a opinião de vários autores sobre este assunto, existe concordância quanto aos inconvenientes de uma especialização precoce. A maneira como esta se gera poderá condicionar irreparavelmente o trajecto desportivo do praticante, além de não colaborar para a digna promoção do desporto. Desta forma, o desenvolvimento desportivo das crianças e jovens deve ser compreendido como um processo evolutivo, contínuo, desenvolvendo-se por etapas com particularidades e propósitos naturalmente ajustados e distinguidos. Estas etapas devem seguir a evolução psico-biológica e respeitar as características do praticante.

2.1.4 O perigo do sucesso dos resultados se transformar em status da formação

Num grande número de países os sistemas desportivos caracterizam-se por uma linha de orientação, reproduzida pelos clubes, que enaltece de um modo global uma linha dominante: fazer surgir, o mais rapidamente possível, os praticantes com nível suficiente para assegurar a regeneração da elite desportiva que os representa nas principais competições federadas (Lima, 1989).

É inevitável que a existência de campeonatos do mundo nas categorias juniores seja um incentivo para a participação em competições de alto nível em idades precoces. Porém, esta acção contraria a ideia de uma preparação para se alcançar resultados elevados a longo prazo, bem como uma longevidade desportiva (Gambetta, 1990).

Desta forma não é de admirar que o sucesso dos resultados se transforme em status para os clubes, pois estimula novos participantes, o que por sua vez se reflecte no suporte financeiro (Ferreira, 1986). No entanto, Gomes (1993) realça que a criança tem direito ao desporto e é desportivamente competente, com a condição de que se preze a sua vontade e

competência desportiva-motora, o seu estágio de desenvolvimento e que não se pretendam resultados obtidos contra-natura ou campeões prematuros.

À obtenção de resultados, segundo Bento (1989), deve ser consentido o tempo de espera essencial. “Uma orientação forçada da formação para a obtenção de resultados no mais curto espaço de tempo, conduz a sobrecargas no organismo do jovem praticante e não serve ao seu desenvolvimento ulterior” (p. 30). Bento (1989) destaca que a participação das crianças deve acontecer em competições de carácter regional, e não nacional, afastando assim uma pressão excessiva na ânsia de sucesso, bem como uma sobrevalorização da criança e seus sucessos na competição.

Segundo Marques (2000), não existem justificativas que sustentem a lógica de cambiar os pequenos títulos de hoje por aqueles que verdadeiramente importam: os resultados absolutos. As vitórias de crianças e adolescentes, embora sejam marcantes para os jovens praticantes, não se podem constituir como impedimento de futuros resultados.

Para Coelho (2000), atingir resultados elevados muito cedo é subverter às características que devem orientar a estruturação dos modelos de preparação, intervenção e competição ajustados aos jovens.

Martens (1985) refere que, em vez de procurar resultados, devemos guiar os praticantes a cumprir objectivos de prestação mais controláveis (a velocidade, uma medida ou a precisão de uma técnica).

Por isso, é lógico que se a orientação variada da preparação desportiva a longo prazo não cria condições para o aparecimento de sucessos imediatos, a falta destes não deve ser razão de inquietação dominante (Mesquita, 1997).

Um quadro de especialização muito apressada é efeito de um sistema de competições tradicional, assente numa estrutura de conteúdos muito próxima dos modelos mais evoluídos do desporto de alto rendimento (Marques, 1999).

As sequelas da especialização precoce estão resumidas em limitações que podem acontecer para se chegar ao nível mais alto do desporto (Nadori, 1990; Marques, 1991). Esta situação surge devido à adopção de uma carga unilateral e precoce e às adaptações especiais que esta provoca (Nadori, 1990).

Por exemplo, um jogador de futebol não usa as mãos nas suas habilidades (excluindo o guarda-redes), um praticante de hóquei sobre o gelo não toca com os seus pés no chão e um nadador executa exclusivamente habilidades na posição horizontal (são acções que limitam o desenvolvimento global das habilidades motoras) (Wiersma, 2000).

Coelho (2000) recorda ainda que a especialização precoce da preparação desenvolve uma elevação rápida do rendimento, mas acelera a sua estagnação. Para Coelho (2000), este acontecimento sucede devido ao escasso aprofundamento das aquisições no domínio das capacidades técnicas e motoras essenciais.

Por outro lado, também tem sido indicado que um dos perigos da especialização precoce é que a decepção e a redução do auto-conceito pode acompanhar a mudança da criança considerada “estrela” para o adolescente medíocre (Hill, 1988). Há atletas que não estão psicologicamente habilitados para lidar com a pressão que acompanha o êxito e conseqüentemente podem ficar desiludidos ou frustrados quando encontrem um obstáculo (por exemplo: o rendimento durante a adolescência) (Hill, 1988; Hill e Hansen, 1988).

2.1.5 O prognóstico... a escala de medida para prever o futuro

Pereira (1998) questiona a possibilidade do desempenho alcançado em idades jovens constituir garantia de sucesso futuro. Pereira (1998), fundamenta a questão, dizendo que raramente tem visto óptimos praticantes jovens de nível nacional e internacional que viessem a ser mais tarde óptimos praticantes nos Campeonatos do Mundo e nos Jogos Olímpicos.

Para Sobral (1994), a vocação, a aptidão e mesmo o nível actual de prestação de uma criança ou adolescente não são garantia de êxito em etapas posteriores da sua carreira desportiva. Todavia, Sobral (1998) crê que nos desportos individuais, onde o nível de prestação é quase totalmente predizível a partir das capacidades físicas mais requeridas, o grau de indeterminação seja inferior do que nos jogos desportivos colectivos (onde a complexidade

estrutural da prestação está representada pela componente tática e pela interacção entre a técnica e a tática).

Vários autores (Filin, 1996; Bompa, 2000; Coelho, 2000) reconhecem que o facto de se atingir resultados elevados na idade infantil e juvenil não é garantia de resultados futuros e asseguram que é mais provável acontecer o contrário.

Malina (1986) refere que o talento nato dos jovens, apesar de importante em níveis competitivos iniciais, provavelmente pode não ser tão significativo em outras idades, quando sucedem as competições internacionais. Nestes níveis os praticantes têm muito em comum de maneira que outros factores, muito mais discretos são importantes para alcançar o nível competitivo.

Segundo Marques (1993a), os estudos têm comprovado que dificilmente se poderá estabelecer correlações sólidas entre as prestações na competição nas fases iniciais da preparação desportiva e nas fases mais avançadas do processo. As limitações alusivas ao prognóstico devem-se, sobretudo, ao facto de as características da prestação serem avaliadas numa idade na qual elas ainda não foram alcançadas na sua prestação mais elevada. O problema, então, concentra-se em identificar e avaliar as características prospectivamente úteis e que apresentem estabilidade no seu desenvolvimento (Marques, 1993a; Sobral, 1994).

Também existe a possibilidade de muitos jovens praticantes terem êxito devido ao nível avançado de maturação em que se encontram (Sobral, 1998; Maia, 2000). Segundo Anderson e Magill (1993), está bem documentado que equipas vencedoras da *“Little League World Series”* (campeonato de basquetebol) são compostas por jogadores que são maturacionalmente de dois a três anos mais velhos do que a idade cronológica. São inúmeras as vezes em que o desaparecimento súbito do jovem campeão nas categorias seguintes tem como motivo a eliminação das vantagens associadas ao estatuto maturacional (Rost, 1995; Sobral, 1998).

Para Durand (1987) a predição da performance a partir do desempenho de jovens praticantes tem um carácter intuitivo, com base na experiência dos treinadores. Durand (1987) contraria a ideia de que a performance de um

praticante de quinze anos, por exemplo, pode prever o seu sucesso dez anos depois.

2.1.6 A importância do praticante estar pronto para a competição

A questão da prontidão, quando falamos no treino e na competição de crianças e jovens, é de enorme importância, isto porque o insucesso ou o êxito no desporto pode estar relacionado com a prontidão do praticante (Malina, 1993). Lee (1999) aconselha que não se comecem competições até que os jovens estejam aptos para tal.

Sobral (1994) descreve a prontidão desportiva como o estado de aptidão do indivíduo para executar uma performance. Assim, as informações essenciais para avaliar se um jovem está preparado para efectuar determinada tarefa requerem uma análise dos seguintes factores:

- Estado de maturação, crescimento e desenvolvimento do jovem;
- Elementos característicos do contexto competitivo da modalidade;
- Exigências motoras, psíquicas e físicas da modalidade.

Para Malina (1986), a prontidão desportiva pode ser determinada em termos iguais entre as tarefas/demandas expostas pelo desporto de competição de um lado e, de outro, entre o nível de maturação, crescimento e desenvolvimento da criança. A prontidão para a competição no desporto deve encarar a criança por inteiro, envolvendo a sua família e possivelmente a comunidade.

Não é novidade que as primeiras experiências desportivas das crianças estabelecem a sua continuidade (Lima, 1989; Anderson & Magill, 1993; Smith & Smoll, 1996). Este facto está profundamente aliado à questão da prontidão (Smith & Smoll, 1996). As experiências que estimulam esta permanência são aqueles que oferecem (Anderson & Magill, 1993):

- A aprendizagem de habilidades do desporto;
- O aperfeiçoamento destas habilidades;
- A diversão e o prazer proporcionado;

- A experiência do êxito.

Mesquita (1997) menciona que o momento da iniciação em competições impõe muita atenção por parte do treinador, uma vez que o praticante deverá estar apto para encarar os problemas que lhe possa aparecer.

Segundo Côté e Hay (2002), enquanto as qualificações de treino avançadas sejam consideradas necessárias nas últimas fases de desenvolvimento, os treinadores a trabalharem com crianças na fase inicial de envolvimento necessitam de habilidades de facilitação e entusiasmo, para além de qualquer excelência técnica no desporto.

Os primeiros estudos (Bloom, 1985; Smith, Takhvar, Gore & Vollstedt, 1986) a salientarem as exigências específicas do trabalho com atletas jovens sugeriram que, nas primeiras fases de desenvolvimento os atletas requerem, primeiramente, instrução técnica para desenvolverem princípios fundamentais próprios, juntamente com um elevado grau de apoio e elogio para encorajar a participação contínua no desporto. Os mesmos estudos indicaram que uma parte importante do papel do treinador, nos primeiros anos, é o facto de se mostrar animado e amável. Segundo estas investigações, apenas quando os atletas fossem mais velhos e mais especializados um treinador exigiria conhecimento sofisticado e qualificações avançadas.

Os treinadores devem fazer um calendário de treinos razoáveis, de forma a possibilitar o envolvimento noutras actividades extra-curriculares, retardar o treino especializado até que os atletas estejam física e psicologicamente preparados, criar diversão e climas de motivação, ministrar atenção individual a todos os participantes do programa, manter os atletas com pares no seu próprio grupo de acordo com a idade e facilitar a comunicação efectiva com os pais (Côté & Fraser-Thomas, 2007; MacPhail & Kirk, 2006; Wiersma, 2000).

Por norma, os treinadores que oferecem um apoio social pobre (exemplo: falta de empatia, pressão, falta de confiança no atleta, expectativas impossíveis) e lideram com um estilo autocrático, têm sido associados a resultados negativos nos atletas, tais como atitudes negativas para com os treinadores, menos motivação e abandono (Gould, Udry, Tuffey & Loehr, 1996; Pelletier,

Fortier, Vallerand & Brière, 2001; Price & Weiss, 2000).

Além dos treinadores, os pais também têm uma importância fundamental no desenvolvimento do atleta. Neste sentido, os estudos de Bloom (1985), Sloane (1985), Côté (1999) e Salmela e Moraes (2003) dão ênfase à importância dos pais para que um indivíduo possa alcançar a excelência numa determinada área.

Uma investigação de há alguns anos atrás (Bloom, 1985) sobre o desempenho superior, mostrou a importância do apoio dos pais para o desenvolvimento da excelência. Foram entrevistados indivíduos de elite e as respectivas famílias, nos campos da arte, música, ciências e atletismo, e criou-se um modelo de desenvolvimento do talento com três fases: os anos iniciais (fase inicial); anos intermédios (fase de desenvolvimento) e anos finais (fase de perfeição). Cada fase do modelo de desenvolvimento do talento era, então, caracterizada pela mudança de exigências na criança e nos pais. O autor descobriu que, nos primeiros anos, os pais têm o papel de liderança, facultando aos filhos a primeira oportunidade de participarem num domínio e o acesso ao seu primeiro professor formal. Aqui, os pais também estimulam e apoiam a aprendizagem dos seus filhos e estão, muitas vezes, envolvidos directamente nas lições e na prática. Para a criança, a ênfase durante estes primeiros anos está em divertir-se e desfrutar da aprendizagem das habilidades básicas. A transição para os anos intermédios é caracterizada por um maior compromisso dos pais e dos atletas. Bloom (1985) verificou que os pais assumem um papel de liderança, tal como nos primeiros anos, procurando professores mais habilitados para os seus filhos, dedicando, assim, mais tempo e mais recursos às actividades dos filhos. É também, durante estes anos, que o talento das crianças é, muitas vezes, dominado pela rotina da família. Durante os últimos anos, o envolvimento dos pais diminui, à medida que o indivíduo adquire um maior controlo do processo de tomada de decisão, tendo em vista o futuro da sua carreira. Contudo, os pais ainda continuam a dar apoio, não apenas apoio financeiro, mas também apoio emocional.

Côté (1999) ampliou o trabalho de Bloom (1985) desenvolvendo um modelo de desenvolvimento do talento, específico do desporto. O modelo

sugere que os atletas passem por três etapas de desenvolvimento desportivo: os anos experiência (6-12 anos), os anos de especialização (13-15 anos) e os anos de investimento ou anos de recreação (depois dos 16). Assim, entre os 6 e os 12 anos, as crianças tinham a possibilidade de experimentar diferentes jogos desportivos e de desenvolver habilidades motoras fundamentais (como saltar, correr ou lançar, entre outras), sendo que o mais relevante era a diversão e a excitação pelo desporto. Entre os 13 e os 15 anos, a criança centrava-se numa ou duas actividades desportivas específicas, presumivelmente incitada por experiências positivas com treinadores, pelo sucesso, pelo encorajamento de colegas mais velhos ou pelo simples prazer da actividade. Finalmente, após os 16 anos, a criança envolvia-se numa única actividade. Este modelo também sugere que os atletas se empenhem em grandes quantidades de actividades durante os anos de amostragem (actividades que são menos estruturadas, criadas para maximizar o ócio e com regras flexíveis de idades ajustadas) e não focar-se em práticas deliberadas até os anos de especialização e investimento.

Similarmente ao modelo de Bloom (1985), o papel dos pais muda com as diferentes exigências de cada fase. Durante os primeiros anos, os pais proporcionavam aos filhos a oportunidade de experimentarem uma ampla diversidade de desportos. Côté (1999) notou que, embora os pais estimulassem a participação no desporto, a escolha da modalidade não era importante. Principalmente, os pais desempenhavam o papel de liderança durante os anos de experimentação, envolvendo os filhos no desporto, pela primeira vez. Nos anos de especialização os pais eram vistos numa perspectiva de facilitadores, dado que faziam compromissos financeiros e de tempo com o desporto do filho, patrocinando o acesso a equipamento, melhores treinadores e facilidades de treino. Finalmente, nos anos de investimento os pais exerciam, estritamente, o papel de apoio e aconselhamento, à medida que o atleta atingia um nível de treino e de competição mais elevado. Os pais mantinham um forte interesse pelo desporto do filho e eram fundamentais para dar apoio emocional, para ajudar o filho a vencer as dificuldades, tais como, pressão, lesões e fadiga, assim como o

apoio financeiro para o treino. Côté (1999) verificou que o alto nível de apoio emocional durante os períodos de stress era uma característica central dos anos de investimento.

As investigações de Bloom (1985) e Côté (1999) evidenciam como é que o apoio dos pais ajuda os atletas de elite a lidarem com as exigências da prática deliberada sustentada, essencial para atingir o nível de desempenho de excelência. Os dois modelos apresentam o envolvimento dos pais desde o papel de liderança ao papel de apoio geral.

Nesta linha, os estudos sobre a relação entre os comportamentos dos pais e o abandono dos jovens no desporto têm concluído que o grande apoio dos pais, o envolvimento, o encorajamento e a satisfação têm sido associados com maior prazer, motivação intrínseca e preferências no desafio (Scanlan & Lewthwaite, 1986). Em contraste, muita pressão parental, grandes expectativas, crítica e pouco apoio parental têm sido associados ao aumento da ansiedade, a diminuição de prazer e ao abandono (Gould, Udry, Tuffey & Loerh, 1996). Por exemplo, tem sido indicado que há uma constante pressão dos pais para encorajar os filhos numa especialização precoce, de forma a alicerçar o desenvolvimento nos campos, clínicas e aulas, e para proporcionar facilidades de desportos específicos nas suas casas (Hill & Hansen, 1988). Também se tem sugerido que muitas vezes os jovens sofrem de pressão porque se sentem obrigados a treinar e a competir por causa das expectativas dos pais (Coakley, 1992).

Depois de referir a importância que os treinadores e os pais têm na formação do atleta, não podemos deixar de destacar a influência dos pares neste processo. Smith (2003) indicou que as relações entre pares têm um papel importante na juventude, isto porque os pares têm estado vinculados nas competências físicas dos jovens, nas suas atitudes morais e noutros resultados afectivos. Um estudo qualitativo (Patrick, Ryan, Alfred-Liro, Fredericks, Hruda & Eccles, 1999) concluiu que se os jovens têm relações positivas com os seus pares no âmbito do desporto, estas relações fortalecem o gosto e o compromisso com a actividade. Mas se os jovens sentem que o desporto está em conflito com o desenvolvimento social fora do desporto, o seu compromisso

e motivação pelo desporto decrescem. Outros estudos concluíram que a participação no desporto entre melhores amigos é um forte vaticinador do desenvolvimento e compromisso do desporto no adolescente (Weiss & Weiss, 2004) e o jogar com pares maiores está relacionado com o esgotamento dos jovens atletas de elite (Gould et al., 1996).

Por outro lado, Halbert (1986) considera ser mais relevante estabelecer quais os factores a ter em conta na prontidão para a competição, do que propriamente tentar responder quando a criança está preparada para competir. Para Halbert (1986), o conceito de prontidão para a competição deve encarar também, o interesse da criança em começar uma actividade competitiva.

Quando se fala em prontidão para o desporto existe uma tendência redutora, ao valorizar-se aspectos do foro biológico, esquecendo-se outros parâmetros como a motivação para a prática, a influência dos adultos nesta mesma prática e os aspectos psico-sócio-afectivos (Gomes, 1993).

Do ponto de vista psicológico, Passer (1996) aconselha o estudo de três factores guias a serem apreciados para estabelecer a participação de jovens em competições oficiais: a prontidão cognitiva, a prontidão relacionada à motivação e as sequelas negativas geradas pelo envolvimento precoce nas competições.

As capacidades cognitivas são vistas como factores que envolvem armazenar e reconhecer informações do desporto e utilizá-las mais tarde; compreender a diferença entre as performances dos jogadores e equipas e entender a opinião de outras pessoas (clubes, técnicos ou oponentes). Neste sentido, Passer (1996) conclui que os estudos aconselham o período entre o final da infância e o começo da adolescência para o completo desenvolvimento destas capacidades.

A prontidão relacionada à motivação tem sentido quando a criança se sente aliciada pelo processo de comparação social cedido pela competição. Segundo este critério, Passer (1996) aconselha que a participação das crianças não comece antes dos sete anos, idade onde a maioria delas já deve ter desenvolvido este comportamento.

Num estudo recente, Côté, Baker e Abernethy (2003) comentaram

trabalhos de alguns autores, no sentido de acentuarem a importância dos aspectos motivacionais para o desenvolvimento do desempenho de excelência.

Assim, Côté et al. (2003) fizeram questão de salientar que os comportamentos motivadores intrinsecamente precoces (jogo/brincadeira deliberada) têm um efeito positivo, ao longo do tempo, na quantidade de motivação e na vontade de alguém se interessar em mais actividades controladas externamente.

Neste sentido, Côté et al. (2003) indicaram que, basicamente, é a construção de uma fundação sólida de motivação intrínseca, através do envolvimento em actividades que fomentam a regulação intrínseca que, por sua vez, faz com que os participantes tenham oportunidade de tomarem decisões autónomas, desenvolverem a competência e sentirem-se ligados aos outros.

Quanto às sequelas negativas, entre elas, a impopularidade com os colegas, a ansiedade competitiva e o sofrimento através da auto-percepção da competência física, Passer (1996) destaca que podem suceder tanto em jovens quanto em praticantes adultos. Não existindo, portanto, uma idade limite, persiste-se, contudo, nos cuidados que possibilitem que a competição seja uma experiência positiva para a criança.

Apesar da variação do ambiente competitivo e do desenvolvimento psicológico das crianças, Passer (1996) aconselha que não se comecem actividades competitivas organizadas antes dos sete ou oito anos de idade. A partir daí a maioria das crianças devem estar aptas para competir do ponto de vista motivacional e, também, apresentar um nível de habilidades cognitivas suficientes para um básico entendimento do processo competitivo.

Smith e Smoll (1996) pensam que seja impossível aconselhar uma idade específica para responder a questão do momento ideal para o início da prática desportiva competitiva, devido à multiplicidade de factores envolvidos no tema.

Anderson e Magil (1993) referem que é difícil estabelecer se o envolvimento precoce no desporto pode ser benéfico ou não, e reconhecem a individualidade das crianças na aplicação do conceito de prontidão. Desta forma, se o propósito deste envolvimento for alcançar uma vantagem

competitiva sobre as outras crianças, ele tem um mérito questionável.

2.2 A excelência e o futebol

Falar-se que um jogador tem talento é a afirmação mais comum, contudo, Howe, Davidson e Sloboda (1998) referem que, embora a noção de talento (inato) como pressuposto para a eventual aquisição da excelência no futebol seja intuitivamente atraente e apoiada por muitos treinadores, não existem provas científicas significativas para sustentar esta ideia.

Posta de lado esta concepção, a explicação para alcançar a excelência no futebol através da prática (particularmente, a prática deliberada) parece estar mais relacionada com o que acontece na realidade.

Uma grande parte da investigação sobre prática deliberada, na área do desporto, foi direccionada para desportos individuais, tais como o skate ou a luta (Hodges & Starkes, 1996; Starkes, Deakin, Allard, Hodges & Hayes, 1996), dado que este campo desportivo se aproximava mais aos primeiros estudos de Ericsson (1993) com pianistas e violinistas (Helsen, Hodges, Winckel & Starkes, 2000). Entre as descobertas relacionadas com os desportos individuais, os referidos autores constataram que, para os atletas, havia uma estreita relação entre a quantidade de prática acumulada e o desempenho alcançado, ideia que a teoria da prática deliberada sustenta. A proximidade entre os estudos na área da música de Ericsson (1993) e os desportos individuais era também evidente no que respeitava ao facto de, tanto os músicos como os atletas, considerarem as actividades que exigiam mais esforço e concentração como as mais importantes, distanciando-se apenas no que se refere ao prazer, pois, no desporto, estas actividades eram entendidas pelos atletas como bastante agradáveis.

Relativamente aos desportos colectivos, são inúmeras as razões que complicam a adaptação do modelo de prática deliberada a esta área. Num estudo sobre a excelência no futebol, Helsen et al. (2000) expõem algumas das dificuldades encontradas, mencionando que em modalidades como o futebol os

atletas empenham-se na prática para se aplicarem em vários aspectos: habilidades práticas de equipa, estratégias, habilidades práticas individuais e fitness. Os mesmos autores acrescentam que cada um destes tipos de prática é processado individualmente e em equipa. Por isso, para avaliar a prática nos desportos de equipa, a definição original de prática individual de Ericsson (1993) deve ser adaptada, de modo a incluir todas as formas de prática.

No seu estudo, Helsen et al. (2000) constataram que à medida que os jogadores de futebol se desenvolvem, aplicam, semanalmente, mais horas à prática, o que é considerado desejável e essencial. Os mesmos autores conferiram que a maior parte dessa quantidade de horas é passada em equipa, o que prejudica a prática individual. Assim, defendem que, uma vez que os jogadores se envolvem profissionalmente e, logicamente, têm mais tempo para o seu trabalho, deviam ser prontamente garantidas maiores quantidades de treino individual. Para que tal aconteça, Helsen et al. (2000) aconselham que, no futuro, as sessões práticas individuais, incidindo nos pontos fracos técnicos, táticos ou físicos dos jogadores, andem a par das sessões práticas em equipa.

Dado que a grande parte dos parâmetros que prevêm um comportamento de excelência são, inevitavelmente, o conhecimento específico do domínio e o resultado da prática, Helsen et al. (2000) mencionam que devem ser encaradas duas questões para a prática do treino: estar ciente da importância das suas capacidades e da quantidade de prática, e oferecer oportunidades de sucesso idênticas a todas as crianças. Os mesmos autores defendem que o sentimento subjectivo que as crianças possuem de se tornarem jogadores de excelência e, conseqüentemente, adquirirem mais sucesso por causa da prática, pode constituir um factor-chave para se converterem em jogadores de classe superior.

3. MATERIAL E MÉTODOS

3. Material e métodos

Tendo por base o objectivo central do presente estudo, decidimos adoptar uma metodologia qualitativa. Este tipo de metodologia é caracterizada pela ênfase que coloca nos processos e significados que não são mensuráveis ou registados de forma experimental (Denzin & Lincoln, 2000). É ideal para analisar fenómenos sociais em contextos naturalistas (Laker, Laker & Lea, 2003), onde a pertinência do conhecimento se encontra no entendimento das atitudes mentais e no sentido que os agentes dão às suas acções. Por oposição às medidas quantitativas, a recolha de dados é mais pormenorizada, variável no conteúdo, a análise dos dados é dificultada por as respostas não serem nem estandardizadas nem sistemáticas, no entanto é através desta metodologia que podemos obter diferentes pontos de vista sem os pré-determinar (Patton, 2002).

3.1 Metodologia de investigação

Na parte teórica foi realizada uma pesquisa bibliográfica e documental, seleccionando-se a informação disponível que melhor pareceu adequar-se ao tema em questão.

Tendo em conta a revisão bibliográfica realizada e em consonância com os objectivos determinados, foram elaboradas dezassete questões guia, que fizeram parte das dez entrevistas realizadas (ver Anexo 2).

A parte prática, a metodologia usada na recolha da informação, ocorreu através de entrevista de estrutura aberta, com base em questões guia, previamente elaboradas e registadas num gravador digital.

O carácter aberto da entrevista teve como intuito possibilitar que os entrevistados pudessem expor os seus pontos de vista de uma forma pessoal, clara e o mais aprofundada possível.

A perspectiva dos sujeitos está cheia de significado, passível de ser expressa e entendida (Patton, 2002), e a metodologia qualitativa possibilita a

análise desta perspectiva pela recolha de dados empíricos (Denzin & Lincoln, 2000). Há distintos processos que possibilitam reunir dados qualitativos, sendo um dos principais a realização de entrevistas. As entrevistas têm como objectivo a recolha das opiniões, vivências, sentimentos e conhecimentos das pessoas por intermédio de conversas com os entrevistadores (Patton, 2002).

Este tipo de instrumento oferece-nos uma grande margem de manobra, já que possibilita o uso da criatividade, e a investigação em função do objectivo (Cassorla, 2003).

Para Lessard-Hébert, Goyette e Boutin (1994), a entrevista é uma técnica não apenas útil e complementar à observação participante, mas principalmente permite absorver as crenças, as opiniões e as ideias dos entrevistados, no caso os jogadores e ex-jogadores. Assim, Bogdan e Biklen (1994, p. 134) afirmam que “a entrevista é utilizada para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspectos do mundo”.

3.2 Caracterização da amostra

Ao decidir realizar entrevistas, pretende-se saber aquilo que os entrevistados consideram sobre determinado assunto, de acordo com os respectivos saberes e vivências, procurando que estes acrescentem algo de novo, com o intuito de elucidar determinados aspectos abordados na revisão da literatura. Sendo esta a nossa intenção, procurámos ser abrangentes e criteriosos na escolha da amostra. Tendo tudo isto em conta, seleccionámos dez indivíduos adultos (quatro jogadores e seis ex-jogadores de futebol) através dos seguintes critérios:

- Foram mais de vinte vezes internacionais por Portugal nas selecções jovens;
- Não foram internacionais por Portugal na selecção AA;
- Não jogaram em competições internacionais de clubes (seniores);

- Nasceram antes do ano 1978 (inclusive).

Estes critérios foram seleccionados com a intenção de assegurar que os entrevistados estivessem em congruência com o nosso estudo, isto é, procuramos entrevistar jogadores e ex-jogadores que em jovens tiveram prestações de destaque, mas não chegaram a atingir a excelência quando adultos.

De seguida passaremos a apresentar uma caracterização mais personalizada dos dez entrevistados (Quadro 1):

Quadro 1. Caracterização da amostra, baseada em Barreiros (em curso)

Entrevistado	Idade	Número de Internacionalizações						Idade de início da prática	Anos de prática	Principais realizações
		Sub-15	Sub-16	Sub-17	Sub-18	Sub-20	Sub-21			
1	33	0	0	0	9	14	4	11	22	Campeão da Europa de Sub-18
2	33	0	29	6	14	16	1	10	22	Campeão da Europa de Sub-18
3	36	0	15	6	12	4	11	12	20	5x Campeão Nacional (escalões de formação)
4	30	6	11	2	15	0	0	11	19	Campeão da Europa de Sub-16
5	35	0	15	9	13	5	8	10	22	Presença no Campeonato do Mundo de sub-20
6	33	3	12	3	11	9	2	10	21	Campeão da Europa de Sub-18

Quadro 1. (continuação)

Entrevistado	Idade	Número de Internacionalizações						Idade de início da prática	Anos de prática	Principais realizações
		Sub-15	Sub-16	Sub-17	Sub-18	Sub-20	Sub-21			
7	37	0	0	0	12	1	11	12	18	Campeão Nacional de Juniores
8	35	0	0	9	14	4	3	8	27	Vice-campeão da Europa de Sub-18
9	39	0	15	0	14	6	2	14	18	Campeão do Mundo de Sub-20
10	33	0	9	3	4	6	0	7	26	Campeão da Europa de Sub-18

3.3 Condições de aplicação da recolha de informação

A realização das entrevistas decorreu entre os dias 23 de Março e 09 de Abril de 2009, nos locais previamente determinados pelos entrevistados. Antes do início das mesmas, os entrevistados foram informados da natureza e dos objectivos do estudo.

Foram também informados que a participação neste estudo era voluntária, que podiam desistir se assim o entendessem e que as respostas dadas seriam confidenciais, não se divulgando os seus nomes.

Neste estudo é relevante obter informação de diversos jogadores e ex-jogadores que nos permita, de uma forma geral, compreender melhor o desenvolvimento da prestação desportiva, e não procurar saber o que sucedeu a cada entrevistado. Mesmo que os entrevistados não tenham qualquer compensação directa pelas suas informações, poderão sentir-se parte integrante de um trabalho que procura melhorar o entendimento do processo

de preparação desportiva.

As respostas dos entrevistados não serão alvos de uma avaliação (certas ou erradas). Cada entrevistado responde em função da sua própria experiência.

Desde o início do contacto com os entrevistados procurou-se gerar alguma empatia que propiciasse uma conversa natural e sem tabus.

As entrevistas tiveram uma duração média de 66 minutos e foram registadas com recurso a um gravador digital com o conhecimento e autorização dos entrevistados (ver Anexo1). Posteriormente, as entrevistas foram transcritas, integralmente, para um processador de texto.

3.4 Análise e interpretação do *corpus* de estudo

Segundo Bardin (2004, p. 90), “o *corpus* é o conjunto dos documentos tidos em conta para serem submetidos aos procedimentos analíticos”.

Assim, o nosso *corpus* é constituído pelas transcrições das entrevistas realizadas aos jogadores e ex-jogadores.

Após as entrevistas realizadas, surgiu a necessidade de saber como tratá-las e interpretá-las da maneira mais correcta, de forma a podermos atribuir o seu devido significado. Para responder a esta exigência recorreremos à análise indutiva do conteúdo. Através deste tipo de análise procurámos perceber o que na entrevista emerge como importante. Desta forma, o texto foi desmembrado em várias categorias, e depois analisado com o objectivo de estabelecer a existência e frequência de conceitos e com o intuito de proceder a inferências sobre as mensagens a ele inerentes.

No momento da análise, constatámos que algumas ideias se repetiam, pelo que sentimos a necessidade de submeter as diversas respostas dos entrevistados a um processo de categorização semântico.

Olhando para a literatura, podemos afirmar que a importância da análise do conteúdo na investigação é cada vez maior, isto porque a sua flexibilidade permite-nos tratar, de forma metódica, informações e testemunhos que

apresentam um certo grau de complexidade de subjectividade, e de profundidade (Quivy & Campenhoudt, 1995).

A análise categorial, um procedimento de natureza qualitativa, corresponde a um dos mais antigos e utilizados métodos de análise de conteúdo (Quivy & Campenhoudt, 1995).

As categorias são um meio de classificação dos dados descritivos que se recolhem, e ajudam também a interpretar, compreender ou atribuir um sentido aos comportamentos, experiências e perspectivas das pessoas em estudo (Grawitz, 1993; Holloway, 1999).

Como já foi referido anteriormente, neste estudo procedeu-se a uma análise indutiva da informação. Neste tipo de análise as categorias não são impostas num momento precedente à sua recolha e análise, mas emergem dos próprios dados (Patton, 1990).

Nesta perspectiva, através da análise dos dados emerge a abordagem denominada de *sensitizing concepts*, na qual o investigador fica conhecedor das categorias, para as quais as pessoas inquiridas não têm nomes ou designações e desenvolvem termos para descrever essas categorias criadas indutivamente (Patton, 1990).

Os conceitos *sensitizing* têm as suas origens na revisão da literatura, na conceptualização feita pelo investigador ou em pontos de avaliação identificadas no início do estudo. Estes conceitos concedem ao investigador um “senso de referência” e promovem a “direcção para onde olhar” (Blumer, 1969, p. 148). A aplicação indutiva destes conceitos é analisar como o conceito se manifesta num contexto particular ou entre um determinado grupo de pessoas (Patton, 1990).

O trabalho indutivo, o vaivém constante entre as questões de partida, a recolha, e o tratamento dos dados são principalmente importantes quando a análise qualitativa é encarada numa lógica exploratória, como meio de descoberta e de construção de um esquema teórico de inteligibilidade, e não tanto numa linha de confirmação ou de teste de uma teoria ou hipóteses preexistentes (Albarello, Digneffe & Hiernaux, 1997).

É importante realçar que a variedade encontrada, ao longo da análise,

deve ser preservada na apresentação dos resultados para que as “vozes” dos que têm menos poder não se percam (Mertens, 1998).

Após todo este tratamento, os dados retirados da análise das entrevistas foram cruzados com as informações extraídas da revisão da literatura, permitindo assim, verificar as semelhanças e as diferenças no que diz respeito aos factores mais determinantes para que jogadores de futebol com elevadas prestações nas etapas de formação não alcancem a excelência como profissionais

Optámos por codificar os entrevistados (E1, E2, E3, E4, E5, E6, E7, E8, E9 e E10) porque o nosso estudo tem como objectivo primordial identificar factores potencialmente inibidores do desenvolvimento da excelência no futebol, e não identificar o que especificamente sucedeu num caso particular.

4. APRESENTAÇÃO DA ANÁLISE DAS ENTREVISTAS

4. Apresentação da análise das entrevistas

Depois de realizada a devida categorização das respostas dos nossos entrevistados, onde procuramos destacar aquilo que, para nós (tendo em conta o tema do nosso estudo e a revisão da literatura), influencia negativamente o desenvolvimento do jogador de futebol, obtivemos 76 categorias, 13 categorias de ordem superior e 13 factores inibidores de excelência (FIE) (ver Quadro 2).

Quadro 2. Frequência dos factores inibidores de excelência organizados em categorias de ordem superior e em categorias

Categoria	Categoria de ordem superior	Factor inibidor
Más decisões do jogador (6)		
Falta de qualidade do jogador (5)		
Fragilidade mental do jogador (3)		
Expectativas exageradas do jogador (3)		
Desconhecimento da vida “extra-futebol” por parte do jogador (2)		
Inexperiência do jogador jovem (2)		
Incompatibilidade do jogador com o treinador (1)		
Falta de profissionalismo do jogador (1)	Incapacidade do jogador (10)	Jogador (10)
Falta de humildade do jogador (1)		
Falta de aplicação do jogador (1)		
Estagnação da evolução do jogador (1)		
Entrada tardia do jogador num clube de top (1)		
Dificuldade de socialização por parte do jogador (1)		
Desvalorização das próprias conquistas por parte dos jogadores (1)		
Desconforto do jogador com a presença de familiares no jogo (1)		
A idade do jogador como referência nas escolhas do clube (6)		
Preferência do clube pelo jogador estrangeiro (5)		
Mau acompanhamento do clube (4)		
Desgaste criado pela exigência do clube (5)	Influência negativa do clube (10)	Clube (10)
Intenção do clube promover rapidamente o jogador (3)		
Falta de qualidade da equipa (3)		
Obrigação de cumprir o contrato com o clube (2)		
Interesses econ�micos do clube (2)		

Quadro 2. (continuação)

Categoria	Categoria de ordem superior	Factor inibidor
Decisões erradas do clube na escolha das bases de formação do jogador (2)		
Más condições de trabalho no clube (1)		
Instabilidade criada pelas constantes trocas de clube (1)		
Falta de união dentro do clube (1)		
Desmotivação criada pelos empréstimos (1)		
Falta de aposta do treinador (7)		
Instabilidade criada pela variabilidade dos métodos de treino (5)		
Métodos de treino errados (4)	Influência negativa do treinador (9)	Treinador (9)
Treinadores mal formados (3)		
Má relação com o treinador (2)		
Excesso de rigidez do treinador (2)		
Pressão do treinador no jogador jovem (1)		
Lesão grave (7)		
Quebra do rendimento após lesão (3)		
Desvalorização após lesão (3)		
Desanimo após lesão (3)	Influência negativa da lesão (7)	Lesão (7)
Impedimento de treinar e competir durante muito tempo (3)		
Maus tratamentos de lesão (2)		
Impossibilitar a contratação por parte de um clube melhor (1)		
Lesão em idades precoces (1)		
Abdicar da juventude (4)		
Impossibilidade de sair a noite (3)		
Privações criadas pelos estágios (2)	Influência negativa das exigências da carreira de profissional (7)	Exigências da carreira de profissional (7)
Impossibilidade de estar com os amigos (2)		
Abandono escolar (2)		
Inexistência de fim-de-semana (1)		
Impossibilidade de praticar outra modalidade (1)		
Amadurecimento precoce do jogador (1)		
Dirigente mal formado (4)		
Falta de conhecimento do dirigente sobre a realidade no futebol (3)	Influência negativa do dirigente (7)	Dirigente (7)
Decisões erradas do dirigente (2)		
Concorrência entre jogadores (5)	Influência negativa dos pares (6)	Pares (6)
Agressividade dos jogadores adversários (1)		
Falta de oportunidade para jogar na transição de júnior para sénior (3)	Influência negativa da transição de júnior para sénior (5)	Transição de júnior para sénior (5)

Quadro 2. (continuação)

Categoria	Categoria de ordem superior	Factor inibidor
Falta de acompanhamento na transição de júnior para sénior (3)		
Falta de experiência do jogador na transição de júnior para sénior (2)		
Qualidade elevada da equipa na transição de júnior para sénior (1)		
Dificuldade na integração do jogador no plantel sénior (1)		
Aumento da concorrência entre jogadores na transição de júnior para sénior (1)		
Falta de sorte ao não ser descoberto (5)	Falta de sorte (5)	Sorte (5)
Falta de sorte nas opções do treinador (2)		
Falta de sorte em decisões pessoais (1)		
Falta de sorte ao contrair uma lesão (1)		
Falta de empresário (3)	Influência negativa do empresário (5)	Empresário (5)
Mau acompanhamento do empresário (2)		
Desaparecimento drástico do mediatismo do jogador (2)	Influência negativa dos meios de comunicação (4)	Meios de comunicação (4)
Críticas dos meios de comunicação (1)		
Falta de visibilidade nos meios de comunicação (1)		
Pressão familiar (3)	Influência negativa da família (3)	Família (3)
Falta de apoio familiar (2)		
Excesso de rigor familiar (1)		
Descrença familiar (1)		
Erros de arbitragem (1)	Influência negativa do árbitro (1)	Árbitro (1)

Como forma de perceber melhor a relação entre os entrevistados e os FIE decidimos criar um quadro de frequências (ver Quadro 3). Assim, procurámos saber quais foram os FIE que cada entrevistado mencionou e quais os entrevistados que mencionaram cada FIE.

Quadro 3. Frequência dos factores inibidores de excelência

FIE	Entrevistado										Total (entrevistados)
	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	
Jogador	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	10
Clube	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	10
Treinador	X	X	X		X	X	X	X	X	X	9
Lesão	X	X	X	X		X	X			X	7
Exigências da carreira		X		X		X	X	X	X	X	7
Dirigente	X	X		X	X	X	X		X		7
Pares		X		X	X	X	X			X	6
Transição júnior-sénior	X	X		X	X					X	5
Sorte	X	X		X	X			X			5
Empresário				X	X		X	X		X	5
Meios de comunicação	X			X	X			X			4
Família			X				X			X	3
Árbitro						X					1
Total (FIE)	8	9	5	10	9	8	9	7	5	9	

Através deste quadro podemos afirmar que o FIE mais indicado pelos entrevistados foi o jogador (tendo sido referido pelos dez entrevistados), enquanto que o FIE menos referido foi o árbitro (só um dos entrevistados é que o referiu). Além disto, também podemos afirmar que o entrevistado que mais FIE referiu foi o E4 (dez FIE), enquanto que os entrevistados que menos FIE mencionaram foram o E3 e o E9 (cinco FIE cada um).

Antes de passarmos a discussão da análise das entrevistas, iremos fazer uma breve apresentação de cada um dos FIE.

Jogador: este FIE fala sobre a incapacidade do próprio futebolista atingir a excelência... *“Eu lembro-me de colegas meus que, felizmente, foram muito mais longe do que eu no futebol e que nem metade da minha qualidade como jogador tinham, mas tinham se calhar outras coisas que eu não tinha. Tinham uma paixão maior pelo jogo, entregavam-se mais ao jogo”* (E2)

Clube: este FIE fala sobre a influência negativa do clube no desenvolvimento do futebolista... *“Eu na minha formação não trabalhava dessa forma, trabalhava para ganhar hoje, o amanhã depois vê-se”* (E1)

Treinador: este FIE fala sobre a influência negativa do treinador no desenvolvimento do futebolista... *“a intensidade no treino era tão alta que*

estávamos mortinhos que chegasse o jogo para descansar. Eu lembro-me de um treinador que treinava cinco horas por dia e chegava a fazer três treinos num dia” (E6)

Lesão: este FIE fala sobre a influência negativa da lesão no desenvolvimento do futebolista... *“Depois de uma paragem prolongada temos a noção que o rendimento já não é o mesmo. Mais concretamente ao nível da velocidade de reacção e também na recuperação do esforço que é mais demorada, o que por vezes leva a lesões musculares devido ao cansaço” (E3)*

Exigências da carreira de jogador: este FIE fala sobre a influência negativa das exigências da carreira do jogador no desenvolvimento do futebolista... *“Hoje em dia tenho muito poucos colegas de infância, se calhar não tenho nenhum, porque fui perdendo o contacto com eles, por causa da minha actividade profissional, na qual não me podia expor” (E10)*

Dirigente: este FIE fala sobre a influência negativa do dirigente no desenvolvimento do futebolista... *“eles próprios, tanto ou mais que o treinador, tiveram uma influência grande na minha trajectória. Porque eram eles que decidiam, são eles em sintonia com o treinador que decidem se querem este ou aquele jogador, isto influencia negativamente a trajectória de um jogador” (E1)*

Pares: este FIE fala sobre a influência negativa dos pares no desenvolvimento do futebolista... *“o jogador tecnicista, o jogador inteligente, o jogador mais elaborado antigamente era muito pouco protegido, levava muita porrada. Eu senti que da parte do adversário havia sempre muito mais agressividade sobre mim” (E7)*

Transição de júnior para sénior: este FIE fala sobre a influência negativa da transição de júnior para sénior no desenvolvimento do futebolista... *“Nesta fase em que os jogadores têm 17/18 anos e vão entrar numa panóplia de jogadores com diferentes ideias, diferentes culturas, numa realidade completamente diferente, onde a competitividade aumenta de uma forma brutal (uma diferença abismal, quase colossal), enquanto na formação eram dois ou três a lutar por um lugar ali já são inúmeros” (E1)*

Sorte: este FIE fala sobre a influência negativa da falta de sorte no

desenvolvimento do futebolista... *“Se calhar não tive a sorte que outros jogadores tiveram, ou seja, no jogo x ou y fazer um grande jogo e estarem as pessoas certas a ver o jogo”* (E5)

Empresário: este FIE fala sobre a influência negativa do empresário no desenvolvimento do futebolista... *“Provavelmente o facto de não ter empresário também pesou bastante. Se calhar não ter tido um empresário que chegasse a minha beira e me aconselhasse. Como aconteceu com alguns colegas meus que conseguiram através de alguns empresários chegar mais longe”* (E7)

Meios de comunicação: este FIE fala sobre a influência negativa dos meios de comunicação no desenvolvimento do futebolista... *“Foi o Mundial de sub-20 na Austrália, onde fomos eliminados logo na primeira fase e os atletas ficaram marcados negativamente por toda a imprensa”* (E5)

Família: este FIE fala sobre a influência negativa da família no desenvolvimento do futebolista... *“O meu pai pressionou-me e muito, já lhe disse que se calhar não fui mais alem no futebol por causa dele. Recordo-me na altura em que fui para o Porto, para as escolinhas, em que o meu pai foi proibido de ver os jogos, porque ele ia para trás da minha baliza e ficava a dar indicações durante todo o jogo. Isso influenciou e se calhar prejudicou-me um pouco”* (E10)

Árbitro: este FIE fala sobre a influência negativa do árbitro no desenvolvimento do futebolista... *“um árbitro que me marcou negativamente. Nas 5/6 vezes que me arbitrou, num período crucial da minha carreira, expulsou-me em todos os jogos”* (E6)

5. DISCUSSÃO

5. Discussão

Depois de realizada a revisão da literatura, as entrevistas aos diversos jogadores e ex-jogadores e a análise das respostas dos entrevistados, será efectuada uma comparação e discussão do conteúdo das mesmas, tendo em vista os aspectos tratados na revisão da literatura.

5.1 Jogador

Ao longo das entrevistas fomos percebendo que os jogadores e ex-jogadores que fazem parte da nossa amostra são indivíduos humildes, capazes de assumirem os próprios erros. Esta capacidade, demonstrada por todos os nossos entrevistados, permite-nos constatar que o praticante ou ex-praticante tem a clara noção do seu valor, do seu rendimento, e principalmente das suas lacunas.

Todos os entrevistados assumiram que um dos motivos que interferiu, de uma forma negativa, na evolução das suas carreiras foi a incapacidade pessoal, isto é, eles mesmos reconhecem que não conseguiram atingir a excelência por questões pessoais, questões que partem do próprio jogador.

Segundo os nossos entrevistados, por muito boas que sejam as condições, por muito bons que sejam os treinadores, dirigentes, massagistas, etc., se o jogador não tiver qualidade individual suficiente não irá conseguir atingir a excelência

O E6 refere que: *“a minha falta de capacidade em chegar lá. Se eu fosse realmente melhor poderia ter superado isso”*.

Se não fosse necessária qualidade individual qualquer ser humano poderia ser jogador de excelência. A excelência está “reservada” para aqueles que realmente têm atributos para atingir o topo. No entanto, como iremos constatar mais a frente, a qualidade só não chega.

Logicamente, a falta de qualidade diminui a probabilidade do jogador representar um grande clube.

Segundo o E4: *“Se calhar a minha qualidade em termos físicos, técnicos e táticos, quem dirigia na altura os clubes achavam que eu não tinha essa capacidade”*.

Tudo isto faz com que o jogador não se sinta capaz de evoluir, criando um sentimento de descrença difícil de superar.

Na perspectiva de E2: *“Em determinada fase da minha carreira senti que não estava a evoluir o suficiente para melhorar a minha performance. Quando cheguei a divisões inferiores, a partir dos 28/29 anos, senti que tudo aquilo que eu acrescentasse podia melhorar a minha performance, mas não melhorava nada que me desse garantias que iria ser melhor jogador”*.

A mente tem um poder muito grande sobre o rendimento do jogador. Ao longo da carreira, o jogador pode sofrer alguns entraves mentais que não lhe permitam evoluir. Estes entraves condicionam a capacidade do praticante para melhorar esta ou aquela capacidade. Desta forma, o jogador pode ver a sua evolução estagnar ou até mesmo regredir.

Um bom exemplo da influência da mente no rendimento do praticante é a instabilidade da performance resultante do estado de espírito do jogador. Isto é, há jogadores que quando estão bem mentalmente têm um desempenho fantástico, mas quando estão mal mentalmente parece que nada sai bem.

Assim, podemos constatar que se o praticante for mentalmente instável, dificilmente conseguirá ter um bom desempenho.

Num estudo recente, Côté, Baker e Abernethy (2003) comentaram trabalhos de alguns autores, no sentido de acentuarem a importância dos aspectos motivacionais para o desenvolvimento do desempenho de excelência.

Como vimos anteriormente, se o jogador for frágil mentalmente dificilmente conseguirá atingir a excelência. E uma demonstração de fragilidade psicológica é a incapacidade de ultrapassar os problemas.

Tal facto é evidente nas palavras de E6: *“O que realmente não me deixou avançar foi não ter sido forte em termos psíquicos (...) Mais no aspecto psicológico, psíquico que não conseguia melhorar por causa de alguns entraves que tinha (...) Se calhar em alguns aspectos não conseguia crescer mais. Mais tecnicamente, mais futebolisticamente falando. Por causa do tal*

psíquico. Passei vários momentos difíceis que tinham mais a ver com a cabeça do que com o resto (...) Quando estava bem da cabeça fazia coisas incríveis, mas quando estava um bocadinho mal já não saia nada. Portanto, penso que o factor psicológico influencia muito e deveria ser aperfeiçoado cada vez mais (...) A minha incapacidade para ultrapassar os problemas em termos psíquicos”.

Sendo que a carreira de jogador é longa e, em muitos casos, cheia de entraves, se o jogador não tiver a capacidade para superar esses entraves dificilmente conseguira seguir em frente.

Como a vida de jogador, geralmente, não permite ter uma vida estável (ficar muito tempo na mesma cidade) este deverá ter a capacidade de adaptação a diferentes cidades. Sem esta capacidade, o praticante pode ver o seu futuro comprometido no momento em que tenha que ir jogar para um clube de outra cidade.

O E7 relata que: *“Senti muita dificuldade em me adaptar a Lisboa, também sempre fui um bocado caseiro, estar perto da namorada, dos amigos. Faltou-me realmente aquela capacidade mental que é muito importante (lá está a parte psicológica) para poder singrar numa cidade diferente”.*

Esta inadaptação pode estar interligada a incapacidade do jogador para resolver os entraves mentais que vão surgindo ao longo da carreira.

Uma característica muito comum nos jogadores frágeis mentalmente é a dúvida no próprio valor. Esta dúvida é gerada pela insegurança do próprio jogador.

Segundo o E10: *“Penso que é nisto que os jogadores chamados fortes psicologicamente conseguem ser mais fortes e singrar no futebol. Se calhar, mentalmente nunca fui muito forte, mas nunca deveria ter posto em causa o meu valor, porque se ontem tinha valor hoje também o tenho”.*

Um jogador mentalmente frágil, geralmente, é um jogador inseguro, negativo, desanimado e vulnerável as críticas dos outros. Um jogador assim está mais próximo do fracasso do que do sucesso. Um praticante que queira atingir a excelência não pode duvidar do seu valor. Tem que ter a noção que a qualidade não se perde de um momento para o outro. Por isso, quando passar por alguma fase menos boa tem que se lembrar que se ontem era bom hoje

também o é.

Muitas vezes as dúvidas levam o jogador a pensar que deve mostrar o seu valor a alguém, isto é, pensa que tem que provar algo a alguém.

Na perspectiva de E7: *“Aquela pressão de te mostrar. Quando pensas que tens que mostrar o teu valor estragas tudo, vais com aquela ansiedade, com aquele stress. Ou és mesmo bom e consegues superar isso ou então é muito complicado”*.

Este sentimento faz com que o jogador fique ansioso e stressado, o que poderá prejudicar o seu rendimento dentro de campo.

As dúvidas que os praticantes têm sobre o seu valor podem surgir através da inexperiência que caracteriza o jogador jovem. Este tipo de jogador tem que competir com jogadores mais experientes, jogadores que já conhecem o meio, que já sabem o que devem e não devem fazer.

Tal facto é evidente nas palavras de E1: *“Com 18 anos vai ter que lutar com homens de 30 anos, com experiência, com traquejo, com manhas que cria, uma coisa que é exclusiva para quem já lá está (...) Esta desvantagem pode condicionar a integração do jogador jovem na equipa “leque mais variado de escolhas do treinador, com jogadores mais experientes do que eu (já tinham mais idade, mais traquejo)”*.

A falta de experiência também pode levar a um mau aproveitamento do treino por parte do jogador.

Como diz o E10: *“Hoje em dia já não tanto, porque a minha idade já me permite tirar outro rendimento do treino, que aos 18/20 não tirava”*.

E se o jogador não tiver experiência suficiente para saber tirar o maior rendimento possível do treino dificilmente conseguirá melhoras as suas capacidades.

A inexperiência também pode levar o jogador a traçar metas exageradas, que dificilmente se concretizarão.

Segundo o E8: *“Mediante o caminho que tinha feito criei muitas expectativas em relação ao meu futuro”*.

Neste sentido, o E6 também refere que: *“Eu não delineeii outra coisa que não fosse chegar a alta competição. Alias eu não via coisas para baixo, que era*

coisas que os meus colegas viam”.

É legítimo e positivo que o jogador tenha a ambição de querer ser o melhor possível ou de chegar o mais longe possível, mas essa ambição tem que ser realista. Porque de nada vale traçar metas ou definir objectivos que sabemos de antemão que não os conseguiremos atingir.

Acima de tudo o jogador tem que ser realista e ter os pés bem assentes no chão.

Um dos graves problemas das expectativas exageradas pode ser a incapacidade do praticante se adaptar a novas realidades, ou seja, o jogador está focalizado para um determinado objectivo, mas se este não se concretizar o jogador não tem a capacidade de reorientar os seus objectivos e seguir outro caminho.

Na perspectiva de E1: *“Muita culpa do atleta, que pela sua formação, cria estereótipos de jogador, eu sou assim, eu vou ser assim e é assim que eu vou ser. Se há alguma coisa que se intromete não tem capacidade para contornar ou para ultrapassar as barreiras que são postas ao longo do seu no caminho”.*

A pressão que o jogador sente ao não conseguir concretizar as expectativas traçadas pode ter um resultado nefasto no seu crescimento.

Tal facto é evidente nas palavras de E4: *“Quando se dá a transição para sénior a queda é maior e muitos deles não aguentam a pressão de não se verem em equipas que se calhar eles achavam que deveriam estar e planteis que se calhar eles achavam que deveriam estar”.*

A decepção e a redução do auto-conceito pode acompanhar a mudança da criança considerada “estrela” para o adolescente medíocre (Hill, 1988).

Há atletas que não estão psicologicamente habilitados para lidar com a pressão que acompanha o êxito e consequentemente podem ficar desiludidos ou frustrados quando encontrem um obstáculo COMO por exemplo: o rendimento durante a adolescência (Hill, 1988; Hill & Hansen, 1988).

A incapacidade do jogador aceitar um possível falhanço (não atingir algum objectivo) pode ser agravado pelo desconhecimento que este tem da vida “extra-futebol”. Isto porque o jogador não está ambientado com o

“funcionamento” da sociedade (nunca teve um emprego fora do futebol e não tem amigos fora do futebol).

Segundo o E7: *“O mundo do desporto, do futebol é uma coisa e ir lá para fora para o mundo real é completamente diferente”*.

Neste sentido, o E8 também menciona que: *“Não conheço a “vida lá fora”, não sei o que é ter um emprego, praticamente as pessoas que conheço estão ligadas ao futebol”*.

Este desconhecimento é resultado da exclusividade que o jogador tem que dedicar à sua carreira. Isto faz com que o praticante não saiba o que irá fazer quando acabe a sua carreira. Esta dúvida pode gerar alguma ansiedade, a qual prejudica a estabilidade mental do jogador.

Assim como todo o ser humano, o jogador de futebol também sofre as consequências das suas próprias decisões. Isto quer dizer que quando o praticante tem más decisões a sua carreira vai ser prejudicada.

Na perspectiva de E1: *“Tive escolhas em termos de clubes, de pessoas, de treinadores que não foram as melhores para mim”*.

É normal que ao não jogar o praticante fique insatisfeito e procure uma solução para sair desse problema. Mas essa solução não pode ser, de maneira alguma, precipitada, isto é, o jogador não pode querer sair do clube de formação sem antes pensar nas consequências que esse acto vai ter.

Tal facto é evidente nas palavras de E10: *“Nunca teria rescindido o contrato com o Porto”*.

Segundo os nossos entrevistados, o jogador deve ser paciente e esperar que surja a sua oportunidade no seu clube de formação. Ao sair de uma forma precipitada o jogador arrisca-se a nunca mais voltar ao seu clube de origem.

O E2 relata que: *“Desde que quebrei a minha ligação com o Porto (com 23 anos) senti que muito dificilmente iria jogar no Porto, ou que ia voltar ao Porto, ou que muito dificilmente iria chegar a um clube grande”*.

É preferível o jogador esperar pela oportunidade no seu clube do que se deixar levar pela pressa de jogar e ser emprestado a outros clubes.

Segundo o E5: *“Os empréstimos a que estive sujeito nos primeiros anos de sénior. Não foram os mais adequados, nem foram a melhor opção. Na altura*

pareciam-me, mas se calhar não foi. Deveria ter continuado no meu clube (...) Hoje se calhar não tinha aceitado os empréstimos que tive nessa altura e tinha arriscado continuar no Boavista e esperava pela minha oportunidade que poderia surgir a qualquer momento”.

Por outro lado, rejeitar uma mudança de clube no momento certo e para o clube certo também se pode revelar como um erro

Na perspectiva de E2: *“Más decisões da minha parte, ter clubes para ir, optar por um e não ir para outro e acabar por as coisas não correrem bem no outro”.*

Neste sentido, o E8 também conta que: *“Na altura em que tive o convite de outro clube melhor, de outra dimensão, se fosse agora já nem olhava para trás, mudava mesmo” (E8).*

Se a mudança for para melhor o praticante deve aceitar, sem ter medo de arriscar:

Muitas vezes o praticante prefere o comodismo de ficar num ambiente que já conhece e onde já conquistou o seu espaço (mesmo que seja num clube pequeno) do que ir para um meio novo e ter que conquistar o seu lugar.

Tal facto é evidente nas palavras de E8: *“Preferi dar continuidade em termos de jogar futebol, jogar de domingo a domingo em vez de ir para um sítio onde tivesse que conquistar o meu lugar, onde tivesse que conquistar coisas novas (...) Preferi ficar onde me sentia bem do que tentar mudar e ir para um sítio desconhecido, onde não conhecia ninguém, não conhecia dirigentes, não conhecia os jogadores, apesar de ouvir falar deles na televisão”.*

Por vezes o medo de tentar leva o jogador a rejeitar uma grande oportunidade.

Como expõe o E9: *“Posso dizer que há sempre qualquer coisa por fazer, mas acredito que, sinceramente, neste momento a única coisa que mudaria um bocadinho mais era o meu risco, o arriscar mais um bocadinho (...) Aquele passo que não consegui dar ao ficar como atleta do FC Porto. Hoje dava esse passo, sem qualquer tipo de receio, sem qualquer tipo de ressentimento. Penso que foi o grande erro que cometi na minha carreira”.*

Outro factor que pode fazer com que o jogador rejeite o convite de uma

equipa melhor é a preocupação com a família.

Na perspectiva de E10: *“O facto de ter tido várias oportunidades para jogar noutros clubes e não ter ido, lembro-me de uma oportunidade que tive para ir jogar para Espanha, que em termos financeiros era uma proposta muito boa, na altura tinha vinte anos, e não quis ir por uma questão de família”.*

Segundo os nossos entrevistados, o praticante também não se pode deixar levar por aquilo que os outros dizem. Deve ser capaz de decidir, por ele próprio, aquilo que é melhor para o seu futuro.

Tal facto é evidente nas palavras de E8: *“Na altura também era novo e acreditei que seria o melhor para mim. Depois de várias conversas influenciaram-me a ficar e eu aceitei ficar, mas se calhar podia ter saído, podia ter outra carreira profissional.”.*

Há decisões que põe em causa a carreira desportiva e a própria saúde do jogador. Uma destas más decisões é o querer jogar a todo custo (mesmo estando lesionado), sem se importar com as consequências que isso possa ter.

Jogar lesionado não só afecta o rendimento imediato do jogador, como também o seu futuro. Isto porque esta escolha pode deixar sequelas no corpo do praticante.

Em suma, todas estas más decisões têm consequências negativas na carreira do jogador.

Como diz o E2: *“Joguei com roturas, joguei com meniscos partidos, joguei com hérnias, joguei com contracturas, joguei com tudo e mais alguma coisa. Os médicos obrigaram-me a assinar autorizações para jogar, porque não me queriam deixar jogar, eu assinava e jogava (...) Também comecei a dar muitos tiros nos pés, as tais opções. Foi o conjunto de essas coisas todas que me levou a pensar que dificilmente ia evoluir muito mais que aquilo que estava naquele momento”.*

Os nossos entrevistados têm uma coisa em comum: todos eles tiveram uma formação cheia de êxitos. Estes sucessos são positivos, até ao momento em que o jogador se deixa levar pela vaidade e perde a humildade.

Por muitas conquistas que o jogador tenha, nunca pode pensar que já sabe tudo e que já não tem mais nada a aprender.

Segundo o E9: *“Na altura em que fui internacional, tinha 18 anos e ganhei o que ganhei, houve um período em que pensei diferente, pensei que já sabia tudo, achei que já não era necessário aprender mais nada, tinha conseguido atingir o topo, e com o tempo a passar comecei a perceber como estava errado”*.

Esta forma de pensar só irá prejudicar o desenvolvimento do jogador, já que este não irá procurar evoluir (sendo que se encontra satisfeito com os seus êxitos).

Como refere Fuentes-Guerra (2000), independentemente da idade, o praticante deve seguir a formação visando o aperfeiçoamento das suas habilidades, corrigindo erros, procurando variantes para os distintos meios técnico-táticos, ou seja, complementar-se de forma a tornar-se um praticante mais completo.

Também Maldonado (1992) encara que um jogador nunca está formado, ou seja, a formação desportiva dura até ao final da sua vida desportiva.

Segundo os nossos entrevistados, grande parte dos jovens jogadores da actualidade, mesmo aqueles que ainda não ganharam nada, tem esse defeito.

Esta falta de humildade transforma o jogador numa pessoa sem respeito pelos companheiros mais velhos e egoísta. O que só prejudica a sua integração na equipa, porque os treinadores das equipas seniores não têm paciência para este tipo de jogador.

Na perspectiva de E4: *“Os miúdos que agora sobem a seniores parece que mandam na cabina, mandam no treino, mandam em tudo. Respondem a toda a gente, sentem-se muito superiores ao que eu me sentia na altura. E eu na altura já era internacional, já tinha ganho troféus, estava numa equipa boa, já tinha algum nome e tinha um respeito muito grande (...) Os miúdos quando sobem a seniores em clubes como Porto, Benfica e Sporting têm um nível de egoísmo muito grande, pensam que são estrelas cedo de mais. (...) O trabalho em equipa cada vez mais é fundamental, e jogadores que olhem só para si dificilmente os treinadores têm paciência para aturar essas coisas”*.

Numa carreira tão exigente como é a de futebolista não há lugar para a falta de profissionalismo.

Tal facto é evidente nas palavras de E3: *“Um pouco mais de profissionalismo também poderia ter ajudado”*.

O jogador tem que ser dedicado ao trabalho e cumprir com todos os seus deveres. Isto é, tem que ser um jogador aplicado, porque ter qualidade individual não basta para atingir a excelência. É preciso o praticante se entregar de corpo e alma à profissão.

O E10 menciona que: *“Há jogadores que nunca atingiram o patamar alto do nosso futebol por nunca se terem aplicado a sério no trabalho”*.

Neste sentido, o E2 também diz que: *“Eu lembro-me de colegas meus que, felizmente, foram muito mais longe do que eu no futebol e que nem metade da minha qualidade como jogador tinham, mas tinham se calhar outras coisas que eu não tinha. Tinham uma paixão maior pelo jogo, entregavam-se mais ao jogo”*.

Por muitas conquistas que o jogador tenha não pode cair no erro de começar a desvalorizar os próximos sucessos. Isto pode gerar um estado de acomodação no praticante, o que faz com que este perca a vontade de se superar e perca, também, o gosto pelas vitórias.

Segundo o E6: *“As pessoas não valorizam os feitos atingidos, o que é mau porque depois acabas por não ter gosto por ganhar”*.

Há três capacidades que são fundamentais para o jovem atingir a excelência: a capacidade de se relacionar com o crescimento das suas aptidões, a capacidade de adaptação à competição e a capacidade de se relacionar com os factores que rodeiam a sua carreira (Barreiros, 2005).

O facto de um jogador se destacar na formação não é garantia de que esse mesmo jogador se irá destacar nos seniores. Neste longo processo o jogador pode deixar de evoluir e estagnar.

Pereira (1999) questiona a possibilidade do desempenho alcançado em idades jovens constituir garantia de sucesso futuro. Este autor fundamenta a questão, dizendo que raramente tem visto óptimos praticantes jovens de nível nacional e internacional que viessem a ser mais tarde óptimos praticantes nos Campeonatos do Mundo e nos Jogos Olímpicos.

Para Sobral (1994), a vocação, a aptidão e mesmo o nível actual de prestação de uma criança ou adolescente não são garantia de êxito em etapas posteriores da sua carreira desportiva.

Vários autores (Filin, 1996; Bompa, 2000; Coelho, 2000) reconhecem que o facto de se atingir resultados elevados na idade infantil e juvenil não é garantia de resultados futuros e asseguram que é mais provável acontecer o contrário.

Segundo Marques (1993a), os estudos têm comprovado que dificilmente se poderá estabelecer correlações sólidas entre as prestações na competição nas fases iniciais da preparação desportiva e nas fases mais avançadas do processo. As limitações alusivas ao prognóstico devem-se, sobretudo, ao facto de as características da prestação serem avaliadas numa idade na qual elas ainda não foram alcançadas na sua prestação mais elevada. O problema, então, concentra-se em identificar e avaliar as características prospectivamente úteis e que apresentem estabilidade no seu desenvolvimento (Marques, 1993a; Sobral, 1994).

Todavia, Sobral (1998) crê que nos desportos individuais, onde o nível de prestação é quase totalmente predizível a partir das capacidades físicas mais requeridas, o grau de indeterminação seja inferior do que nos jogos desportivos colectivos (onde a complexidade estrutural da prestação está representada pela componente táctica e pela interacção entre a técnica e a táctica).

Por outro lado, há casos onde sucede o inverso (jogadores que não se destacaram na formação passam a destacar-se nos seniores).

Na perspectiva de E10: *“No caso do Hilário que hoje é jogador do Chelsea e eu jogo no Freamunde, e o Hilário sempre foi o meu suplente. Geralmente aquilo que é nas camadas jovens, nos seniores é completamente diferente. A evolução dele foi maior e a minha estagnou (...) Nessa altura o Hilário era o meu suplente, e fiquei triste por dentro quando na fase sénior o Hilário foi titular do Porto enquanto eu estava no Penafiel”*.

Coelho (2000) recorda ainda que a especialização precoce da preparação desenvolve uma elevação rápida do rendimento, mas acelera a sua

estagnação. Para Coelho (2000), este acontecimento sucede devido ao escasso aprofundamento das aquisições no domínio das capacidades técnicas e motoras essenciais.

Visto isto, podemos afirmar que a formação de um jogador é a la long. O que condiciona, e muito, a previsão do futuro de um jogador (principalmente se este for de tenra idade).

Para Durand (1987) a predição da performance a partir do desempenho de jovens praticantes tem um carácter intuitivo, com base na experiência dos treinadores.

Num processo tão longo como este há inúmeros factores que podem interferir no desenvolvimento do praticante.

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“É impossível prever se alguém com 10/12 anos vai ter um futuro brilhante ou não como jogador de futebol. A única coisa que se pode dizer sobre um miúdo com 10 anos de idade é que realmente tem mais jeito que o colega que está ao lado (...) Com 10 anos tu não podes prever ao certo o que vai ser no futuro. Porque há tantos factores dos 10 aos 18, 19, 20, 21 anos que fazem com que a nossa vida mude ou tenha um rumo diferente em relação ao futebol”*.

Durand (1987) contraria a ideia de que a performance de um praticante de quinze anos, por exemplo, pode predizer o seu sucesso dez anos depois.

Existem muitos jogadores que se destacam na sua formação graças ao avanço maturacional que têm sobre os outros jovens.

Como refere o E6: *“Depois me comecei a destacar em termos físicos, superava facilmente os adversários em velocidade. Em termos físicos já era bastante desenvolvido”*.

Existe a possibilidade de muitos jovens praticantes terem êxito devido ao nível avançado de maturação em que se encontram (Sobral, 1988; Maia, 2000).

Durante muito tempo os responsáveis pela selecção de novos talentos focalizaram, quase sempre, a sua atenção nos domínios físicos do jogador (Barreiros, 2005). Isto favorecia os jogadores maturacionalmente avançados.

O problema é que esta vantagem maturacional vai deixando de existir com o passar dos anos. O que vai, claramente, prejudicar, esses jogadores,

porque como estavam “protegidos” pela vantagem que tinham sobre os outros e não sentiram a necessidade de desenvolver outras capacidades (principalmente a inteligência). Assim, com o culminar da vantagem maturacional, o praticante que tirou partido dessa vantagem vai estar, no momento mais importante (alto rendimento), em desvantagem perante aquela que se viu obrigado a encontrar outro tipo de soluções para conseguir vingar no futebol.

São inúmeras as vezes em que o desaparecimento súbito do jovem campeão nas categorias seguintes tem como motivo a eliminação das vantagens associadas ao estatuto maturacional

Mesmo quando o praticante atinge o escalão sénior deve continuar a trabalhar muito para chegar ao topo.

Segundo o E7: *“A nível da formação, nunca se sabe se um miúdo vai ser jogador, porque há muitos factores, muitos anos pela frente para lá chegar e depois de lá chegar ainda há muito para pedalar para chegar lá cima”*.

Por muito tímido ou reservado que o jogador seja não se pode fechar ao ponto de interiorizar todos os seus problemas.

Na perspectiva de E7: *“Eu era um pessoa que interiorizava muito os meus problemas e esse facto, se calhar, fez com que acabasse mais cedo a minha carreira do que aquilo que perspectivava”*.

Assim como acontece com qualquer ser humano, o praticante tem a necessidade de desabafar e partilhar os problemas. Desta forma conseguirá aliviar o stress e ter um bom rendimento dentro de campo.

A incapacidade do jogador se adaptar as ideias do treinador pode complicar a sua integração na equipa.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“onde não me consegui adaptar a maneira de treinar do treinador, a forma de ver o futebol do treinador”*.

Como todos os grupos de trabalho, a equipa de futebol precisa de um líder, e o jogador tem que respeitar as opções/decisões do seu líder. Mesmo que não concorde tem que as respeitar (logo que estas não vão contra os seus princípios de ética). Porque se os jogadores não respeitarem/aceitarem as

ideias do treinador, a equipa, dificilmente, terá sucesso, e se a equipa não tiver sucesso, os seus jogadores também não o terão.

Os jogadores que querem atingir a excelência têm que estar preparados para superar algumas barreiras, principalmente se essas barreiras forem contra o apoio (presença nos jogos) das pessoas que lhes querem bem (como é o caso do país).

O E9 expõe que: *“Não me sentia muito bem quando eles estavam lá, por isso pedia que sempre que fossem ver um jogo meu não me avisassem. Podiam ir ver, mas eu não podia saber”*.

Porque são essas pessoas que lhes querem bem que os vão ajudar nos momentos em que estão em baixo.

Por último, no que se refere a influência negativa do jogador no seu próprio desenvolvimento, podemos referir que a entrada tardia na formação de um clube de top prejudica o seu crescimento. Ao ter pouco tempo de formação num clube de top, o jogador não consegue usufruir de tudo aquilo que poderia ter usufruído se tivesse entrando mais cedo. Esta entrada tardia também faz com que o jogador esteja em desvantagem com os praticantes que já se encontram nesse tipo de formação (top) a mais tempo. Isto vai exigir mais do jogador, no que diz respeito a sua integração nessa nova realidade. Em suma, quanto mais tempo o jogador passar na formação de um clube de topo maior será a probabilidade deste vir a atingir a excelência

Segundo o E7: *“Teria ido para o Porto 2/3 anos antes. Porque só estive um ano nos juniores do Porto (...) Se estivesse lá mais 2/3 anos provavelmente o meu nível de agressividade, a potência muscular e o nível físico teria sido outro (...) Pelo que via de certeza absoluta, com mais confiança em mim próprio e tendo trabalhado mais tempo no Porto, conseguiria atingir outros patamares”*.

5.2 Família

A família tem uma enorme influência sobre o rendimento do jogador. A proximidade que une o jogador aos membros familiares faz com que estes estejam intimamente ligados às decisões/comportamentos que o jogador vai tendo ao longo da sua carreira. A família pode funcionar como um entrave (com atitudes negativas) ou um impulsionador (com atitudes positivas) da carreira do praticante. No fundo, a família tem uma grande responsabilidade naquilo que o jogador conseguir atingir.

Além da influência que a preparação desenvolvida nas etapas anteriores desempenha na duração da etapa de alto rendimento, em nossa opinião, não menos importante é o amparo da família (Brito et al., 2004).

Os pais são fundamentais para dar apoio emocional, para ajudar o filho a vencer as dificuldades, tais como, pressão, lesões e fadiga, assim como o apoio financeiro para o treino Côté (1999).

As investigações de Bloom (1985) e Côté (1999) evidenciam como é que o apoio dos pais ajuda os atletas de elite a lidarem com as exigências da prática deliberada sustentada, essencial para atingir o nível de desempenho de excelência.

Os estudos sobre a relação entre os comportamentos dos pais e o abandono dos jovens no desporto têm concluído que o grande apoio dos pais, o envolvimento, o encorajamento e a satisfação têm sido associados com maior prazer, motivação intrínseca e preferências no desafio (Scanlan & Lewthwaite, 1986).

Assim, além dos treinadores, os pais também têm uma importância fundamental no desenvolvimento do atleta. Neste sentido, os estudos de Bloom e Sloane (1985), Côté (1999) e Salmela e Moraes (2003) dão ênfase à importância dos pais para que um indivíduo possa alcançar a excelência numa determinada área.

O facto do jogador não conseguir atingir a excelência pode estar ligado a falta ou mau acompanhamento familiar. Como vimos anteriormente, é nos momentos menos bons que o jogador mais precisa de ser apoiado. Porque é

nestes momentos que o jogador está mais susceptível às críticas, ao desânimo, a descrença e ao abandono. Segundo os nossos entrevistados, se o jogador não for apoiado pela família nestas ocasiões dificilmente conseguirá ultrapassar as dificuldades e voltar aos bons momentos.

Na perspectiva de E10: *“Quando estamos bem, tudo está bem e passamos por cima de tudo e todos, mas quando estamos mal não, precisamos que alguém nos puxe para cima, e ele nunca fez isso”*.

A falta de apoio da família tem um impacto negativo maior do que qualquer outro tipo de falta de apoio, porque é da família que o jogador mais espera apoio, e sabe que se não tiver o apoio da família dificilmente o apoio das outras pessoas conseguirá suplantar essa falta.

Assim, com esta dificuldade que o praticante sente para ultrapassar os problemas sem o apoio familiar, são inúmeros os casos de jogadores (principalmente na formação, que é quando o jovem mais precisa deste apoio) que não conseguem dar uma resposta afirmativa as exigências do futebol e acabam por ter uma carreira medíocre ou por abandonar.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“Penso que se perdem muitos jogadores, principalmente na formação, por causa da má influencia dos pais”*.

No entanto, não é só a falta de apoio que prejudica o rendimento do praticante, o mau acompanhamento também tem um efeito nefasto na motivação do jogador. Principalmente quando algum dos familiares tem expectativas exageradas sobre o futuro do jogador e depois essas expectativas não são consumadas. Isto faz com que surja a descrença familiar e o jogador seja alvo de comentários depressivos por parte desse elemento familiar.

Como conta o E10: *“Pressionava-me em termos de resultados, e quando não jogava o que ele me dizia era: “deixa mas é o futebol, porque tu não tens vida para isso, não tens valor”. Isso às vezes também magoa, ter que ouvir essas coisas de um pai”*.

Se ao passar por momentos menos bons o praticante já se sente desmotivado, pior vai ficar se for a própria família a criticar em vez de apoiar. Isto só contribui para o aumento da descrença do jogador sobre as suas capacidades.

Em vez de desmotivar os filhos através de atitudes menos correctas, os pais devem ser pacientes e respeitar o tempo que cada um precisa para crescer. Para que o alto rendimento seja alcançado, é essencial que durante os oito a dez anos anteriores (Coelho, 1985; Grosser et al., 1988; Vicente, 1995; Nespreira, 1998; Raposo, 2000), os encarregados de educação tenham a tranquilidade e a perícia necessária para levar o praticante a alcançar o sucesso desportivo.

Muitas vezes o mau acompanhamento é resultado do excesso de rigor familiar. Segundo os nossos entrevistados, é compreensível e necessário que os pais se preocupem em dar uma boa educação aos filhos, com valores e regras, mas esta necessidade de disciplinar o comportamento do filho não pode ser levado aos extremos. Porque todo o ser humano precisa de espaço e liberdade para explorar novas experiências e errar, corrigir os erros e voltar a tentar. O excesso de rigor só contribui para o medo de errar, a inibição a falta de espontaneidade, a ansiedade e a pressão para não desiludir do praticante.

Normalmente, quando os pais têm uma enorme expectativa sobre o futuro dos seus filhos costumam exercer uma grande pressão para que estes atinjam grandes resultados desportivos.

As ambições desproporcionadas dos pais que querem converter os seus filhos em “astros” do desporto contribuem para o começo prematuro da preparação desportiva (Hahn, 1988).

Muita pressão parental, grandes expectativas, crítica e pouco apoio parental têm sido associados ao aumento da ansiedade, a diminuição de prazer e ao abandono (Gould, Udry, Tuffey & Loerh, 1996). Por exemplo, tem sido indicado que há uma constante pressão dos pais para encorajar os filhos numa especialização precoce, de forma a alicerçar o desenvolvimento nos campos, clínicas e aulas, e para proporcionar facilidades de desportos específicos nas suas casas (Hill & Hansen, 1988). Também se tem sugerido que muitas vezes os jovens sofrem de pressão porque se sentem obrigados a treinar e a competir por causa das expectativas dos pais (Coakley, 1992).

É lógico que os pais só querem o melhor para os filhos, e quando os pressionam é com a intenção de que estes tenham os melhores resultados

possíveis. Mas, o que realmente conseguem com essa pressão é prejudicar o crescimento do jogador, ou seja, ao pressionar os filhos, os pais vão-se transformar em agentes negativos do processo de formação.

Segundo o E7: *“O meu pai sempre foi uma pessoa extremamente rigorosa (...) O meu pai teve alguma influência negativa pelo facto de me criar alguma pressão”*.

Também há pais que pressionam os filhos não pelo interesse de que este tenha grandes resultados, mas pela vaidade de ter um filho famoso.

Na perspectiva de E3: *“O meu pai era exigente e queria que atingisse resultados. Talvez pela vaidade de ter um filho profissional”*.

Nestes casos, a pressão faz menos sentido ainda, porque o pai não está a pensar só no sucesso do filho, mas também no proveito que ele pode retirar dessa situação. Isto é, através do filho, o pai torna-se alguém reconhecido pelos outros.

Este tipo de pressão familiar é muito fácil de detectar através dos conselhos que os pais dão aos filhos. Dado que os pais só pensam no sucesso a qualquer custo, os conselhos vão ser direccionados para o rendimento, sem existir uma preocupação com os danos que esses conselhos possam ter nos seus filhos.

Assim, os pais em vez de ajudarem (através de um suporte emocional equilibrado) o que fazem é prejudicar o futuro dos seus filhos.

Segundo os nossos entrevistados, é um erro os pais pensarem que só se devem manifestar quando os filhos não conseguem ter um bom rendimento, isto é, quando os filhos têm um bom desempenho os pais não reforçam esse bom momento (esta situação pode ter duas interpretações: os pais pensam que os filhos só estão a fazer a obrigação deles ou têm receio de elogiar porque os filhos podem ficar com excesso de confiança), mas basta o filho ter uma quebra no rendimento, vão logo criticar e dar indicações para fazerem as coisas de forma diferente.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“O meu pai entra no quarto as 8h da manhã e diz-me: — “vê lá se agora não aproveitas essa oportunidade”. Aquilo ainda me criou mais pressão, em vez de me dizer para aproveitar e dar*

o meu melhor (...) Também me tentou educar da mesma forma, ou seja, um bocado na pressão. Nos momentos bons estava tudo bem comigo, mas não era capaz de chegar a minha beira e me dar os parabéns pelo que tinha feito. Mas quando estava mal vinha logo com indicações para fazer as coisas de uma maneira e não de outra”.

Isto faz com que o praticante não sinta prazer quando faz bem as coisas (já que não é elogiado pela própria família) e se sinta preso/pressionado nos maus momentos (já que deve procurar fazer as coisas como os familiares lhe indicaram).

Há pais que levam esta pressão aos limites e não são capazes de concederem um momento de liberdade aos filhos. Sendo que no próprio jogo estão constantemente a dar indicações para os filhos jogarem de uma determinada forma.

O E10 menciona que: *“O meu pai pressionou-me e muito, já lhe disse que se calhar não fui mais além no futebol por causa dele. Recordo-me na altura em que fui para o Porto, para as escolinhas, em que o meu pai foi proibido de ver os jogos, porque ele ia para trás da minha baliza e ficava a dar indicações durante todo o jogo. Isso influenciou e se calhar prejudicou-me um pouco”.*

A atitude destes pais só serve para limitar a acção do jogador. Estas indicações que os pais dão enquanto os filhos estão a jogar tiram a liberdade que o jogador precisa para tomar as suas próprias decisões.

Segundo o E6: *“Mas haviam muitos pais de colegas meus que o faziam. E posso-lhe dizer que limita muito (...) Tinha pais de colegas meus que cuidado. Metia dó, metia pena. Hoje em dia consigo olhar para trás e ver que a pressão era tanta acima daquelas crianças que não tinham como se libertar, como ser melhor, porque os pais não os deixavam. A família influencia muito”.*

Desta forma, o praticante vai passar o jogo todo preocupado em ouvir e acatar as “ordens” dos pais, em vez de estarem concentrados no jogo e serem eles próprios a tomarem a decisão que acharem mais correcta a cada exigência que o jogo vai colocando. Outra consequência negativa deste acto é a incongruência que se cria quando as indicações do pai e do treinador são

diferentes. Isto vai dificultar ainda mais a tomada de decisão do jogador, que vai ficar dividido entre as indicações do progenitor e do líder da equipa. E o pior é que este comportamento do pai não prejudica só o presente do filho, mas também o seu futuro. Isto é, o praticante terá grandes dificuldades para tomar decisões durante os jogos do escalão seniores, já que não desenvolveu essa capacidade. Em suma, ficou dependente/condicionado por correcções externas (não consegue pensar sozinho).

5.3 Pares

Antigamente, a concorrência entre os jogadores, por um lugar na equipa, era muito grande. A qualidade que havia nas grandes equipas catalisava esta disputa.

Na perspectiva de E2: *“No futebol da minha altura, no Porto, Benfica, Sporting havia jogadores com muita mais qualidade do que hoje em dia.*

Os jogadores que estavam de fora tinham uma grande dificuldade para conseguir um lugar, já que as equipas tinham bons jogadores em quase todas as posições.

Tal facto é evidente nas palavras de E5: *“O clube tinha uma equipa muito competitiva (...) Todos jogadores do meio campo para a frente, ou seja, que podiam tapar ainda mais o meu espaço”.*

Esta situação ficava complicada quando o jogador tinha como concorrente directo um jogador de nível elevado. Assim, o jogador que estava de fora muito dificilmente conseguia “roubar” o lugar ao seu colega (considerado como “titular indiscutível”).

Como menciona o E10: *“Também no meu tempo o guarda-redes da selecção A era o Vítor Baia, que tapava os caminhos a tudo e a todos. Hoje em dia a porta está muito mais aberta”.*

Em suma, segundo os nossos entrevistados, na época em que a maioria deles jogaram a qualidade dos praticantes era superior à qualidade dos jogadores actuais. Por isso, antigamente era mais difícil chegar ao topo.

A luta por um lugar na equipa pode levar ao excesso de competitividade. Existe uma pressão muito grande para o jogador ganhar o seu espaço. Porque se não o fizer pode ser posto de parte definitivamente, ou na pior das hipóteses pode ser dispensado. Assim, o jogador vê-se obrigado a lutar, seja como for, para entrar no onze inicial.

Segundo o E6: *“(...) há muita pressão no futebol. Há muito treino, muita competição entre os colegas”*.

A disputa pode fazer com que os jogadores se esqueçam que são colegas de equipa e que estão a trabalhar pelos mesmos objectivos (o que cria desavenças no treino, e conseqüentemente dentro do grupo). Desta forma, o objectivo colectivo (vencer o adversário) se torna num objectivo pessoal (vencer o próprio colega de equipa).

A luta por um lugar não se pode transformar numa relação negativa entre os pares. Porque só uma relação positiva entre eles favorece a motivação para a prática. Um estudo qualitativo (Patrick, Ryan, Alfred-Liro, Fredericks, Hrudá & Eccles, 1999) concluiu que se os praticantes têm relações positivas com os seus pares no âmbito do desporto, estas relações fortalecem o gosto e o compromisso com a actividade.

Mesmo aqueles que fazem parte da equipa inicial não podem relaxar. Porque sabem que se o fizerem vão sair da equipa. E depois de sair da equipa é muito difícil voltar (é preciso trabalhar muito).

Na perspectiva de E4: *“São 25 jogadores a querer jogar e quem adormecer salta fora”*.

Assim, o jogador está constantemente pressionado (não tem tempo para descomprimir), quer quando está fora da equipa, quer quando está no onze inicial.

Antigamente, a dificuldade para chegar ao topo também resultava do excesso de competitividade entre os adversários. Isto é, os praticantes que eram tecnicamente mais evoluídos sofriam entradas muito viris por parte dos adversários. Os quais raramente eram castigados por essas atitudes. E o pior é que essas entradas viris punham a saúde do jogador em risco (podendo provocar lesões graves).

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“O jogador tecnicista, o jogador inteligente, o jogador mais elaborado antigamente era muito pouco protegido, levava muita porrada. Eu senti que da parte do adversário havia sempre muito mais agressividade sobre mim”*.

5.4 Clube

Segundo os nossos entrevistados, antigamente, não só para entrar, mas também para se manter num clube grande, o jogador tinha que se aplicar a fundo todos os dias. Esta aplicação constante criou um desgaste (mental e físico) muito grande no praticante.

Os nossos entrevistados também referem que antigamente era muito difícil o jogador provar o seu valor. Este tinha que realizar excelentes jogos (rendimento máximo), e não uma nem duas vezes, mas sim constantemente (durante muitos jogos seguidos). Só assim o praticante conseguia chamar a atenção dos clubes grandes

Como expõe o E9: *“Naquela altura para realmente as pessoas perceberem que nós tínhamos valor tínhamos que trabalhar imenso, tínhamos que mostrar durante muitos domingos consecutivos, tínhamos que estar sempre no máximo, o que era e é bastante difícil”*.

Como foi referido anteriormente, não é só para entrar nos clubes grandes que o jogador sente grandes dificuldades. Depois de lá chegar a exigência mantém-se.

Segundo o E4: *“A mim sempre foram exigidas intensidades máximas, porque no Sporting joga-se sempre para ganhar, joga-se sempre para assumir o jogo, é sempre para ganhar, portanto a intensidade é sempre alta. Internacionalmente, selecções idem, a pressão do jogo é sempre para ganhar, é sempre a intensidade máxima”*.

Quem está numa equipa de grande dimensão tem sempre uma pressão enorme para ganhar. Não há espaço nem paciência para derrotas, todos os jogos são para ganhar. Isto obriga o jogador a desenvolver uma alta e

constante intensidade.

É verdade que as consequências negativas desta exigência não têm um impacto imediato na carreira do jogador, mas vai acabando com ela aos poucos.

Na perspectiva de E7: *“É muita pressão, é muita exigência, muita frustração acumulada. Digamos que isso não mata, mas vai roendo aqui dentro” (E7).*

Neste sentido, o E2 também refere que: *“Hoje em dia não é fácil um jogador de alta competição estar sujeito aquele tipo de pressão, aquele tipo de intensidade, aquele tipo de desgaste, dá cabo de um jogador, podes ter a certeza absoluta”.*

O jogador não se ressentir de imediato, mas o desgaste vai-se acumulando com o passar do tempo, e o seu futuro é prejudicado.

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“Penso que isto me prejudicou em termos de futuro, porque cria um desgaste muito grande. Em termos psicológicos, em termos mentais cria um desgaste muito grande”.*

Toda esta exigência a que o jogador é submetido tem consequências nefastas na sua motivação. Não é nada fácil aguentar as obrigações e pressões constantes que existem nas grandes equipas. Com o passar do tempo o gosto que o jogador sente pela prática vai diminuindo. Desta forma, o praticante deixa de sentir o prazer que tinha inicialmente, e passa a ter um sentimento de saturação (já não vai treinar nem jogar com a mesma alegria).

O E10 refere que: *“Hoje em dia a saturação é maior do que a 3/4 anos atrás e já não sinto aquele prazer de jogar futebol que tinha antes, mas se calhar a culpa é das pessoas do futebol”.*

No momento de escolher os jogadores, os clubes dão uma grande importância ao factor idade. As vezes, um jogador pode ser muito bom, mas se não tiver uma idade que o clube ache adequada a sua contratação fica desde logo condicionada.

Segundo as pessoas que lideram os clubes, existe uma idade limite para o jogador atingir a excelência. Se o jogador não conseguir esse objectivo até essa “idade limite” nunca mais o conseguirá.

Segundo o E1: *“Ouvia as pessoas a dizer que se não chegasse até aos 26/27 anos a um clube grande não tinha hipótese”*.

Para jogadores que têm um percurso de formação cheio de êxitos (como é o caso dos nossos entrevistados) é mais complicado lidar com esta situação do que para jogadores que tiveram uma formação “banal”. Porque ao praticante que tem uma formação repleta de grandes conquistas é projectado um grande futuro (chegar a uma equipa de top e atingir a excelência). Esta projecção cria elevadas expectativas ao jovem, e ao chegar a tal “idade limite” sem alcançar aquilo que era esperado o praticante vai-se sentir extremamente frustrado.

Na perspectiva de E4: *“Para qualquer jogador que tenha um início de carreira como eu tive, o início de formação que eu tive e chegar aquele meio termo, 24/25 anos e sentir que cada vez é mais difícil chegar a um clube de top e conseguir estar nos centros das atenções a nível nacional”*.

O pior é que em muitos casos essa “idade limite” é muito baixa. O que faz com que o jogador sem sinta incapacitado numa fase muito precoce da sua carreira. Mesmo tendo muitos anos de pratica pela frente, o jogador vai desanimar e criar um sentimento de auto-desconfiança. Este sentimento vai impossibilitar a evolução do jogador nos futuros anos. Assim, podemos concluir que o próprio jogador desanima e prejudica o seu desenvolvimento.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“Já com 24 anos, não era velho, mas estava a sentir que as coisas já me estavam a fugir um bocadinho”*.

Neste sentido, o E8 também indica que: *“Chega a uma idade em que temos essa consciência, qualquer jogador sabe que chegando aos 27, 28 anos, mais ou menos, se não conseguiu dar o salto até ai muito dificilmente o conseguirá (...) A partir do momento em que as coisas não acontecem e chegamos a essa certa idade (27/28) pensamos pronto já não vai dar, agora é deixar rolar, se não conseguimos até aqui já não conseguimos mais”*.

O praticante sofre com os problemas que vão acontecendo ao longo da sua carreira (sejam eles no início ou no fim), mas o estigma criado pela “idade limite” faz com que os problemas que surgem depois dessa “tal idade” tenham um impacto negativo mais forte sobre o praticante. Isto porque ao ultrapassar essa “idade limite” o jogador fica muito desanimado, e conseqüentemente mais

vulnerável e incapacitado para resolver/superar algum contratempo.

Como relata o E7: *“A partir dos meus 26/27 anos, principalmente com aquilo que me fizeram em determinado clube (ter sido duas vezes dispensado) a minha imagem fico um bocadinho desgastada. A partir daí criou-se uma grande saturação dentro da minha cabeça”*.

Depois de passar esta idade, o praticante sente muita dificuldade em prosseguir a sua carreira. Porque tem a noção que muito dificilmente irá conseguir atingir as metas que traçou para o seu futuro. A partir desse momento a carreira do jogador entra numa fase descendente (com o passar dos anos o nível da equipa onde joga vai diminuindo ou então acaba por desistir).

Segundo o E9: *“Para mim aos 30/31 anos já foi muito difícil continuar a jogar na primeira divisão, precisamente por essa mentalidade das pessoas que gerem o futebol em Portugal, em que um jogador com 30 anos é um jogador velho, quando um jogador com 30 anos está no seu máximo (...) Quando atinjo essa situação dos 30 anos, por incrível que pareça (não só eu como há muitos colegas meus que estão a passar por isso agora, e já outros passaram antes), a nossa carreira desportiva começa a entrar numa situação descendente”*.

Infelizmente são raros os casos em que os clubes apostam em jogadores com idades superiores a “idade limite”. Estes bons exemplos acontecem de uma forma muito esporádica, o que vem confirmar que a idade tem um grande peso nas contratações efectuadas pelos clubes.

Na perspectiva de E2: *“A partir dos 22/23 anos ou és ou não és, apesar que agora já há jogadores que vão parar o Porto com 29/30 anos, mas são casos extremos”*.

A aposta do clube em jogadores com idades mais avançadas não deveria ser uma excepção, mas sim uma situação mais regular. Porque há muitos jogadores com idades superiores a “tal idade” que se sentem capazes de atingir a excelência.

Tal facto é evidente nas palavras de E9: *“Chegar aos 31/32 anos e saber que as minhas faculdades ainda estavam bem altas, saber que o interesse das pessoas diminui só por pensarem que um jogador que tem 30 anos já não é*

capaz de fazer a mesma coisa que um jogador de 18, 20, 22, 24 anos, o que é errado”.

Na opinião de Hahn (1988), uma programação rígida segundo as idades (criança, adolescente e adulto) expõe desequilíbrios e não coincide, por vezes, com a realidade.

Sendo que a etapa do alto rendimento é mais dinâmica da prática desportiva. A sua duração assume uma grande relação com o nível desportivo desenvolvido nas etapas anteriores. Segundo Matvéiev (1990), esta prolonga-se até aos trinta e cinco ou quarenta anos.

Ao preterir um jogador só porque este já tem uma idade avançada pode-se perder um grande valor. Há praticantes que atingem o máximo das suas capacidades muito próximo dos trinta anos. Porque através da experiência que foram adquirindo ao longo dos anos de prática conseguiram adquirir uma melhor capacidade de decisão.

O E4 indica que: *“Eu acho que um jogador profissional atinge a sua excelência muito próximo dos trinta anos, porque são as horas de treino, as horas de jogo, é isso que te dá a tua grande capacidade de decisão, e o saberes decidir melhor vem com a experiência”.*

Ericsson, et al. (1993) apontam que para atingir o status de excelência em qualquer domínio é preciso 10 anos ou 10.000 horas de prática deliberada. A prática deliberada é definida como uma actividade altamente estruturada que requer esforço, gera recompensa não imediata e é motivada pela meta de melhorar o desempenho mais do que o próprio gosto.

Os autores pioneiros desta teoria (Ericsson et al., 1993) e aqueles que a têm abordado em diversos estudos (Abernethy, 1994; Hodges & Starkes, 1996; Charness, Krampe & Mayr, 1996; Helsen & Starkes, 1999), defendem a existência de uma relação directamente proporcional entre o tempo de treino acumulado e o desenvolvimento de um desempenho superior.

O limite que o clube impunha nas suas contratações não era só um limite máximo (até certa idade), também havia um limite mínimo (a partir de certa idade). Isto é, antigamente as equipas só apostavam em jogadores ditos experientes. Os clubes procuravam contratar jogadores que já tivessem várias

horas de treino e de jogo.

Segundo o E9: *“Apostavam nitidamente em jogadores a partir dos 25 anos, jogadores com alguma experiência, jogadores com muitos anos de experiência e o jogador jovem era como se não existisse”*.

Ao cingir as suas escolhas a jogadores com estas características, os clubes vetavam automaticamente a entrada de jogadores novos.

Visto isto, podemos referir que há uma faixa etária que estipula se o jogador deve ou não ser contratado. Se o jogador estiver abaixo dessa faixa etária não entra nos planos do clube porque não tem experiência, e se estiver acima dessa faixa etária não encaixa nos interesses da equipa porque já não tem capacidade.

Na perspectiva de E1: *“É isso, entre os 18, 20, 21 há um fosso muito grande. E depois há o estigma de que até os 27 é novo (não tem experiência), depois chega aos 28/29 já é velho (acabou)”*.

Em suma, alguns elementos da nossa amostra foram prejudicados por um desenquadramento temporal, ou seja, quando eram novos a aposta era feita em jogadores com mais experiência, e depois quando já eram jogadores mais experientes a aposta passou a ser feita em praticantes com menos idade.

Com isto, não é de estranhar o desejo dos nossos entrevistados para que as pessoas que geriam o futebol daquele tempo tivessem tido a mesma forma de pensar do responsáveis de hoje em dia (os quais apostam muito mais nos jovens).

Tal facto é evidente nas palavras de E9: *“A minha geração ficou completamente desenquadrada. Porque passámos de uma época em que a aposta era nos jogadores com maior experiência em termos de idade, para uma época em que os jogadores com 28/30 anos já não têm qualquer tipo de interesse para a contratação das equipas grandes (...) a mentalidade das pessoas que estão a gerir hoje devia ser aquela dos dias em que conseguimos o campeonato de Riade, e as selecções jovens tiveram excelentes trajectos, não só a minha como as outras”*.

Como se não bastasse a limitação da idade, os jogadores ainda têm que ultrapassar as dificuldades criadas pela preferência do clube em jogadores

estrangeiros.

Esta estratégia de contratações diminui drasticamente a aposta, das equipas nacionais, em jogadores portugueses. E o pior é que tendo dois jogadores (um português e um estrangeiro) com a mesma qualidade, o clube prefere apostar no estrangeiro.

Segundo o E2: *“Preferência de ir buscar um estrangeiro duvidoso do que promover um júnior duvidoso português”*.

Já que em Portugal temos bons valores na formação, as equipas devem apostar nos portugueses e evitar trazer estrangeiros.

Na perspectiva de E8: *“Penso que como há vários jogadores portugueses com valor se deveria apostar mais neles”*.

Parece haver uma desigualdade muito grande entre a paciência que o adepto português tem em relação ao jogador nacional e a que tem em relação ao jogador estrangeiro. Se o jogador jovem que chega ao plantel sénior é português não serve porque é preciso um jogador com mais experiência, e por isso ao mínimo erro tem que sair logo da equipa. Mas se o jogador jovem que chega a equipa sénior for estrangeiro já serve, e mesmo que erre não há problema porque esta no período de adaptação.

Assim, segundo a nossa amostra, o jogador jovem português (que ao igual ao estrangeiro está a entrar numa nova realidade) não tem direito a um período de adaptação, mas o estrangeiro sim tem direito a esse período de adaptação.

Tal facto é evidente nas palavras de E5: *“Normalmente o adepto português pensa “vem dos miúdos, é dos miúdos, se calhar precisamos ali de mais traquejo, mais experiência”, mas se for um de 19 anos que seja argentino, brasileiro, uruguaio, russo, é um bom jogador, é uma promessa, já não olham para aquela situação da necessidade de crescer (...) Se for um jogador que venha da América do Sul com 18/19 anos dizem “coitado está-se a adaptar”, se for o português vindo das nossas camadas jovens dizem que não tem qualidade, se o jogo correr mal”*.

Se a concorrência já é extremamente forte só com jogadores portugueses, com a chegada dos jogadores estrangeiros as oportunidades

para os praticantes nacionais jogarem ficam muito reduzidas.

Como conta o E10: *“É mais difícil porque temos os chamados estrangeiros, é evidente que o mercado do futebol está engolido pelos estrangeiros”*.

Neste sentido, o E3 também menciona que: *“para um jovem se conseguir impor ou tem de facto muita qualidade ou é tapado por jogadores estrangeiros”*.

Ao não competir no seu clube, o jogador perde visibilidade, ou seja, não é observado pelo seleccionador, o que diminui, drasticamente, as hipóteses de ser chamado a selecção nacional.

Para voltar a ter alguma visibilidade o jogador vê-se obrigado a ir para equipas de divisões inferiores (onde, a priori, terão mais oportunidades para jogar). Mas mesmo assim é complicado serem chamados a selecção nacional, porque raramente o seleccionador aposta em jogadores de divisões secundárias (parte do princípio que os melhores jogadores estão na primeira divisão).

Segundo o E10: *“É muito mais difícil ser chamado a uma selecção A quando temos jogadores estrangeiros a jogar na nossa posição, e não jogando no nosso clube é impossível ser chamado a selecção (...) Os portugueses estão tapados e têm que ir jogar para outras divisões, e numa segunda liga é muito difícil ser chamado a uma selecção A”*.

Como foi referido anteriormente, em muitos casos o jogador estrangeiro escolhido é em tudo semelhante ao português. Neste caso não faz qualquer sentido trazer para Portugal um jogador que é igual a um que já cá está. Assim, quando um estrangeiro não vem acrescentar algo melhor ao futebol nacional é preferível apostar naquilo que foi formado pelas nossas equipas.

Na perspectiva de E8: *“Acho que se deveria dar mais oportunidades ao jogador português. Há demasiados jogadores estrangeiros em Portugal. Se fossem jogadores com qualidade tudo bem, mas comparando o jogador estrangeiro com o jogador português chegamos a conclusão de que são iguais”*.

Neste sentido, o E2 também diz que: *“Esta aposta torna-se ainda mais desnecessária quando os clubes nacionais vão buscar um praticante estrangeiro que tem menos qualidade que o jogador português. Mas só porque*

vem de outro país já merece a oportunidade que o “nosso” não teve (...) tem 5,6,7 estrangeiros a jogar que não têm qualidade absolutamente nenhuma para jogar no futebol português, quando tem jogadores com a mesma qualidade com 17, 18, 19 anos, mas porque são portugueses e porque são da formação não entram nos quadros do clube em termos de plantel sénior”.

Com as poucas oportunidades para jogar que o clube oferece ao praticante, têm que ser encontradas soluções para este problema. Uma das soluções que o clube encontra é o empréstimo. Mas esta solução acarreta um inconveniente que a desmotivação, isto porque qualquer praticante tem ambição de jogar no seu clube.

A desmotivação aumenta quando o praticante é alvo de vários empréstimos seguidos. Se o clube emprestar várias vezes seguidas o mesmo jogador, este começa a perder a ligação ao clube, fica inseguro, fica descrente, cai na rotina do empréstimo, e assim nunca mais consegue voltar à sua equipa.

Essas constantes mudanças de clube gerem uma instabilidade muito grande na carreira do jogador. Nesta situação, o jogador não consegue estabelecer uma relação estável com o clube, na qual possa criar elos de ligação com a equipa, e tudo aquilo que a rodeia.

Tal facto é evidente nas palavras de E5: *“O factor desmotivante dos empréstimos. Mas um empréstimo na altura, uma, duas, três, quatro épocas foi muito e uma pessoa começa a perder, mesmo inconscientemente, a motivação, deixa-se ir na onda e depois nunca mais regressa (...) Depois andamos de um clube para o outro sempre a saltar, nunca nos fixamos, não criamos raízes e penso que foi isto que mais influenciou a minha carreira.”*

Em cada mudança de clube que o jogador faça vai ter que começar tudo de novo, isto atrasa a adaptação, e, conseqüentemente, a prontidão desportiva do praticante.

Em suma, se o jogador já conhecer o meio de trabalho e tudo o que nele está inserido irá ter uma vantagem para conseguir alcançar um bom rendimento.

Ao longo da sua carreira o jogador tem momentos bons e outros menos bons. Em qualquer um destes momentos é preciso um acompanhamento

adequado. Nos momentos bons o acompanhamento serve para tirar o maior proveito desses instantes, e nos momentos menos bons o acompanhamento serve para diminuir ao máximo os danos que estes possam causar no jogador.

Assim, quando o clube não dá o devido acompanhamento ao seu jogador podemos, facilmente, deduzir que este terá alguns problemas nessa equipa. Um desses problemas é o sentimento de impotência que o jogador sente quando é alvo do abuso de poder do clube.

Há ocasiões em que o praticante tem a noção que não está a fazer ou não lhe estão a fazer aquilo que é correcto, mas mesmo assim tem que compactuar com isso. Porque se não o fizer pode pôr em causa a sua carreira. No fundo, podemos dizer que o clube manda e o jogador tem que obedecer. Por muito que, em alguns instantes, o jogador queira dizer não, tem que dizer sim, ou vice-versa.

Por causa da grande exigência que existe no mundo do futebol (principalmente na necessidade sistemática de encontrar novos talentos) e da elevada quantidade de jogadores que vão aparecendo o clube perde o interesse naqueles jogadores que, na óptica do próprio clube, já não têm nada positivo a acrescentar.

Geralmente, este desinteresse surge com o aparecimento de um jogador novo que atrai o interesse económico/desportivo do clube. Isto faz com que o jogador seja esquecido, caía no esquecimento e fique desprotegido.

O E1 menciona que: *“É como ser uma marioneta, faz isto, faz aquilo. Isto não é falta de personalidade, quem está no meio tem que se sujeitar a determinadas coisas, e essa impotência de dizer, de se criar justiça, cria um sentimento de impotência, algo que revolta cá dentro (...) Passei por fases em que não significava nada para o clube (...) E quando queremos agarrar-nos as pessoas elas já não estão. Porquê? Porque entretanto já surgiram outros”*.

Quando o jogador deixa de ter interesse é largado à sua sorte. Como já não tem nada que possa dar, o clube deixa de o acompanhar. A partir desse momento o jogador está entregue a si mesmo, como um auto-didacta, ou seja, é ele que tem de resolver o seu futuro.

Segundo o E5: *“Não ter sido acompanhado (...) Não houve aquele acompanhamento que eu julgo adequado”*.

E o facto do jogador poder perder o seu futuro não preocupa muito o clube, porque se esse não der, há outros para servirem de “cobaias”.

Na perspectiva de E1: *“É quase como um auto-didacta que se dedica aquilo e depois olha vou tentar fazer isto, vou tentar fazer aquilo e há de sair qualquer coisa (...) Na minha altura demorava muito tempo, deixava-se ao “abandono”, olha faz, se conseguires está tudo bem, se não conseguires há outros”*.

Como vimos anteriormente, uma das formas encontradas, pelo clube, para resolver a “estadia” de um jogador que não interessa é emprestar. Outra maneira de resolver este entrave é a dispensa. Infelizmente é este o poder que o clube tem e que pode acabar com o sonho de muitos jogadores.

Se por um lado o clube resolve o problema (ao livrar-se do jogador), por outro lado isto pode causar transtornos ao jogador. Ao ver que tanto tempo de trabalho e dedicação não deram resultado, o praticante pode ficar saturado da exigência desta profissão e deixar de estar mentalmente disponível para voltar a fazer tudo de novo.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“O que é facto é que desmoronou e aquela saturação criada por ter sido dispensado duas vezes no mesmo clube e outras coisas mais que se passaram me levaram ao estado de saturação (...) Já estava num estado de saturação, mas de saturação psicológica. Não estava saturado de jogar futebol, estava saturado daquilo que me tinham feito. Porque jogar futebol jogava até aos quarenta se pudesse”*.

É nestes momentos que o apoio psicológico é fundamental. Mas infelizmente, os clubes ainda não dão a devida importância a esta área.

E esta lacuna que existe em grande parte das equipas faz com que se percam muitos jogadores, porque não tiveram o acompanhamento adequado para saber lidar com as situações menos positivas que vão aparecendo ao longo da carreira.

O E6 indica que: *“A parte psicológica é muito mal trabalhada. Não existe um acompanhamento psicológico para os jogadores, o que é extremamente importante”*.

Segundo Barreiros (2000), em Portugal existe um claro atraso ao nível da aplicação do treino mental.

Fonseca (1997) refere que o número de psicólogos que têm colaborado com equipas de futebol é muito reduzido. Segundo o mesmo autor, em Portugal estamos ainda a dar os primeiros passos ao nível da aplicação dos conhecimentos da Psicologia no futebol, pois é notória a falta de especialistas a cooperarem com as equipas.

Quando se fala em prontidão para o desporto existe uma tendência redutora, ao valorizar-se aspectos do foro biológico, esquecendo-se outros parâmetros como a motivação para a prática e os aspectos psico-sócio-afectivos (Gomes, 1993).

Como forma de evitar a perda de jogadores, por falta de acompanhamento psicológico, e os clubes consigam, cada vez mais, retirar o máximo rendimento possível do jogador, tem que existir uma aposta maior na ligação entre as equipas e os psicólogos.

Segundo o E7: *“É fundamental para clubes que querem um rendimento máximo do jogador terem um psicólogo”*.

Musch e Grondim (2001) indicaram que os factores psicológicos também podem ajudar na formação de um atleta de elite.

Para que no futuro o jogador consiga “suportar” as exigências expostas no escalão sénior as suas bases, na formação, deverão ser bem alicerçadas. Como em qualquer projecto de longa duração são precisas bases fortes para aguentar o longo caminho. Mas muitas vezes, por alguns motivos (que iremos abordar mais à frente), as bases que os clubes dão aos seus jogadores não são as melhores. O que influencia negativamente o futuro dos praticantes.

Um dos motivos que leva o clube a não dar as melhores bases aos seus praticantes é o querer atingir a todo o custo as vitórias imediatas. Só interessa o ganhar o próximo jogo, ganhar o presente campeonato, no fundo só interessa o agora.

Na perspectiva de E3: *“Em Portugal os resultados imediatos são a prioridade”*.

Esta obsessão pela conquista imediata faz com que o clube se esqueça que está a formar um jovem para o futuro, e que o mais importante é que o jogador se consiga afirmar no escalão sénior. Porque é neste escalão que o rendimento máximo e imediato fazem, realmente, sentido.

Infelizmente, hoje em dia, a vitória é a grande referência de sucesso que condiciona a prática desportiva das crianças e jovens. E isto piora quando aqueles que de uma forma directa ou indirecta interferem no processo desportivo apoiam esta forma de pensar tão reducionista e empobrecedora (Brito et al., 2004).

A questão da falência desportiva deve constituir motivo de preocupação para todos aqueles que directa ou indirectamente estão envolvidos no desporto. Esta durará enquanto a formação desportiva (no sistema educativo e no sistema desportivo) continuar a ser orientada por critérios de especialização precoce e de permanente selectividade que se regem por propósitos de exaltada competição, em que o mais importante é obter a vitória e conquistar campeonatos (Lima, 1998).

Segundo Bento (1989, p. 30), “uma orientação forçada da formação para a obtenção de resultados no mais curto espaço de tempo, conduz a sobrecargas no organismo do jovem praticante e não serve ao seu desenvolvimento ulterior”.

Os meios que privilegiam a vitória imediata são contrários à formação do praticante e à essência da própria actividade, e em nada favorecem a sua formação (Maldonado, 1992).

É importante que as pessoas que lideram a formação percebam que se a orientação variada da preparação desportiva a longo prazo não cria condições para o aparecimento de sucessos imediatos, a falta destes não deve ser razão de inquietação dominante (Mesquita, 1997). O problema é que a maioria das pessoas que estão a frente da formação não percebem isso, e em consequência, como indica Lima (1998), é criado um quadro de grandes pressões sobre os treinadores que, na maioria das vezes, são levados a

proceder a uma formação desportiva centrada numa especialização precoce, a qual colabora para o afastamento antecipado dos jovens praticantes e para o abandono das práticas desportivas de numerosas crianças.

Para Coelho (2000), atingir resultados elevados muito cedo é subverter às características que devem orientar a estruturação dos modelos de preparação, intervenção e competição ajustados aos jovens.

Segundo Marques (2000), não existem justificativas que sustentem a lógica de cambiar os pequenos títulos de hoje por aqueles que verdadeiramente importam: os resultados absolutos. As vitórias de crianças e adolescentes, embora sejam marcantes para os jovens praticantes, não se podem constituir como impedimento de futuros resultados.

Assim, a competição e o treino devem mostrar uma especialização crescente. Caso contrário, como refere (Vieira et al., 1999), estaremos a contribuir para o desenvolvimento de um quadro de formação desportiva caracterizado, essencialmente por uma aprendizagem apressada visando a obtenção de resultados a curto prazo

Um planeamento de treino adequadamente estruturado para jovens exige um processo a longo prazo, subdividido em etapas bem definidas, com os seus próprios conteúdos, propósitos e sistemas de competição (Martin, 1998).

Assim, a formação desportiva dos jovens praticantes com vista a alcançar a excelência desportiva, deve projectar-se no âmbito de uma visão a longo prazo (Ramlow, 1992).

Grosser et al. (1989) acrescentam também que apenas uma planificação do rendimento a longo prazo, gerada de forma consciente e sistemática, é coerente e pode levar ao êxito, sendo ao mesmo tempo eficaz e humana.

Desta forma, o processo de formação desportiva deverá ser compreendido como um conjunto de tarefas a serem realizadas gradualmente num prazo alargado de tempo que poderá durar aproximadamente oito a dez anos, até se alcançar a etapa de alto rendimento (Coelho, 1985; Gonçalves, 1988; Grosser et al., 1998; Vicente, 1995; Filin, 1996; Monteiro, 1997; Nespreira, 1998; Raposo, 2000).

Platonov (1997) lembra-nos que a organização e a durabilidade da formação desportiva a longo prazo são condicionadas pelo nível de preparação dos praticantes que potencialmente poderiam garantir a aquisição de resultados elevados.

O processo longo de formação serve para munir os jogadores com bases fortes que lhes permitam lidar com as exigências do alto rendimento.

As crianças e os jovens têm direito a uma prática desportiva alicerçada por valores pedagógicos e éticos consistentes, assente num projecto organizado e fundamentado em princípios científicos (Cunha, 1999)

Desta forma, Brito et al. (2004) mencionam que um dos grandes propósitos da iniciação desportiva é fundar as bases para o posterior desenvolvimento de uma capacidade de rendimento desportivo ao mais elevado nível.

Com as bases frágeis, que resultam da procura de resultados imediatos, o jogador não consegue atingir os objectivos que tem para o seu futuro. Porque não tem argumentos suficientes para lutar por eles.

Como o clube só se preocupa com o agora, sem pensar no futuro, há capacidades que o praticante não vai conseguir desenvolver no momento certo, desenvolvendo-as mais tarde. Este crescimento tardio de algumas capacidades faz com que o jogador esteja em desvantagem em termos de maturidade e de inteligência (duas pedras fundamentais nas bases necessárias para “enfrentar” o alto rendimento).

A falta de maturidade e inteligência diminui a capacidade de suportar os entraves que vão acontecendo na dura e difícil carreira de futebolista profissional. Assim, o jogador está mais vulnerável ao fracasso.

Quando o jogador não consegue ter êxito nos seniores a grande parte da culpa é da má formação que teve. Porque o rendimento do jogador (seja positivo ou negativo) não resulta de um, dois ou três anos, mas sim dos muitos anos de formação, e principalmente do que foi (ou neste caso não foi) feito nela. Por muita vontade que o praticante tenha no escalão sénior, se as bases que teve durante a formação não foram fortes muito dificilmente conseguirá ter sucesso

Se as habilidades motoras fundamentais de treino não são desenvolvidas entre os 9 e 12 anos de idade, as competências não podem ser retomadas mais tardes (embora, programas de recuperação cuidadosamente planificados possam contribuir para um êxito limitado) (Balyi, 2001).

É legítimo e correcto que os clubes procurem pôr ao dispor dos seus jogadores as melhores condições possíveis. Mas tudo tem um limite. Muitos clubes pensam que ao dar tudo do bom e do melhor vão, automaticamente, formar jogadores de excelência. Isto só vai criar maus hábitos nos jogadores, isto é, os jogadores vão ficar habituados a ter tudo do melhor.

Mas quando forem para outros clubes que não tenham disponibilidade para lhes oferecer essas condições, os praticantes vão-se ressentir dessa ausência. Porque não foram devidamente alertados para as diferentes condições que existem de equipa para equipa.

Neste sentido, os jogadores devem ser informados que aquilo que eles têm nesse momento pode não ser igual aquilo que eles possam encontrar noutros clubes. Assim, quando o for para outro clube, o praticante já estará preparado para as condições que irá encontrar.

Em suma, podemos referir que o jogador que tenha uma ascensão meteórica muito dificilmente se conseguirá manter no alto rendimento. Por isso o crescimento do praticante deve ser feito passo a passo e suportado por bases bem sólidas. Só desta forma conseguirá assimilar os princípios que estão inerentes a cada fase do seu desenvolvimento.

Tal facto é evidente nas palavras de E1: *“Eu na minha formação não trabalhava dessa forma, trabalhava para ganhar hoje, o amanhã depois vê-se (...) Se eu tivesse outro tipo de formação, se calhar, tinha atingido outros objectivos (...) Hoje estou consciente que se tivesse tido outro tipo de treino, de funções, de objectivos, eu próprio tinha se calhar desenvolvido outras capacidades que me foram despertadas se calhar tarde de mais, como a maturidade e a inteligência (...) Se me fosse permitido ou se tivesse sido alertado para determinadas coisas, se calhar tinha enriquecido em termos mentais, tinha ganho um arcaboço, se calhar, diferente para superar objectivos ou determinadas barreiras que me foram surgindo ao longo do meu percurso*

profissional (...) Depois os resultados a nível sénior deixam muito a desejar. Não é só quando se está lá, há toda uma base, toda uma estrutura. É isso que me faltou, para além do empenho, do esforço que tive faltou-me outra componente (...) Eu nas camadas jovens do Porto não limpava as minhas botas, tinha quem mas limpasse. Depois quando sai do Porto eu é que tinha de ir buscar a minha roupa, eu é que tinha de engraxar as minhas botas. Eu pensava que aquilo que me faziam no Porto era igual em todo o lado (...) Atenção que isto que estás a fazer não é real, aliás é real, mas não é sempre assim (...) Quem atinge o sucesso muito rapidamente está mais perto do insucesso do que se manter lá em cima. Porque quem vai crescendo aos poucos vai dando um passo de cada vez”.

Platonov (1997) lembra-nos que a organização e a durabilidade da formação desportiva a longo prazo é condicionada pelo progresso sistemático e regular das diferentes componentes da excelência desportiva.

Cada vez mais os clubes têm a necessidade de “produzir” mais jogadores (quer por interesses desportivos, quer por interesses económicos). Esta necessidade faz com que as equipas promovam o jogador antes deste estar pronto para essa promoção.

Em algumas ocasiões o valor que o praticante demonstra é utilizado como escusa, pelo clube (derivada da necessidade de promover algum jogador), para fazer dele um novo talento.

Como diz o E2: *“Quando um jogador tem um bocadinho de qualidade tenta-se fazer dele um jogador a força”.*

Nestes casos o jogador tem uma ascendência meteórica, porque é formado à pressa. E como já vimos, estas aparições meteóricas podem contribuir para o fracasso do jogador.

Num grande número de países os sistemas desportivos caracterizam-se por uma linha de orientação, reproduzida pelos clubes, que enaltece de um modo global uma linha dominante: fazer surgir, o mais rapidamente possível, os praticantes com nível suficiente para assegurar a regeneração da elite desportiva que os representa nas principais competições federadas (Lima, 1989).

Segundo Hahn (1988), a busca de êxito por parte dos clubes e/ou federações que ambicionam alcançar, no menor tempo possível, um aumento do seu prestígio através do êxito obtido pelos seus praticantes é uma das razões para o começo prematuro da preparação desportiva.

Ao promover o jogador cedo de mais corre-se o risco de este ser submetido a exigências para as quais não está devidamente preparado.

O E9 refere que: *“Aos 17 anos já era profissional”*.

Desta forma, o praticante pode ter que enfrentar intensidades/exigências que não são as adequadas para a fase de formação em que se encontra.

Na perspectiva de E2: *“Eu tive a felicidade e a infelicidade de muito cedo jogar ao mais alto nível, jogar em alta competição. Como já te disse fui internacional aos 13 anos e ao ser internacional engloba ser jogador de alta competição. Por isso posso dizer que a intensidade a que fui submetido foi muito elevada. O que me prejudicou”*.

Lima (1988) refere que em nenhum momento se deve exigir que os praticantes, na etapa de orientação desportiva, participem nas competições em regime de esforços maximais. Ao pretende-lo, é condená-los a um envelhecimento desportivo precoce, é impedi-los de alcançar a excelência desportiva.

Esse tipo de competição contraria aquilo que é referido na literatura. Onde Vieira et al. (1999) aclama a necessidade de os quadros competitivos privilegiarem uma organização local e regional, não sendo aconselhável a realização de competições nacionais nesta etapa.

Sendo que a literatura não aconselha uma competição a nível nacional, podemos concluir que a competição internacional, numa fase precoce, está fora de questão, porque tem consequências negativas para o desenvolvimento do praticante.

Assim, esta vontade de promover o jogador à pressa pode fazer com que se queimem etapas.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“Talvez o facto de aos 16 anos começar a treinar e a jogar pelos juniores do Feirense, isto quando ainda era juvenil. E já fazer alguns treinos pelos seniores. Treinar a nível sénior quando*

ainda tinha uma idade com dois anos inferior a idade normal de se ser sénior. Jogar nos juniores do Feirense e treinar com os seniores durante toda a época”.

Segundo Hahn (1988), uma das razões para o começo prematuro da preparação desportiva é a antecipação da idade de máximo rendimento a nível internacional e nacional.

Verdugo e Leibar (1997) referem que todos os resultados de alto rendimento atingidos em idades inferiores aos 16/17 anos, se assumam como o produto de um trabalho incorrectamente planeado e orientado, o qual impedirá o jovem de atingir o seu máximo potencial.

Raposo (1989) alerta-nos referindo que a obtenção de grandes resultados, nas idades jovens, como consequência de cargas de treino desajustadas à idade do praticante (super-treino) conduz a uma futura incompetência de criar novas adaptações funcionais, conduzindo igualmente o praticante para o abandono.

Ao não passar por alguma etapa, o jogador vai deixar de adquirir os conhecimentos que lhe seriam transmitidos nessa etapa que ele perdeu. Conhecimentos estes que são fundamentais para uma formação harmoniosa.

Esta pressa de formar o jogador (saltando etapas) vai contra aquilo que é referido na literatura. Porque as etapas de formação visam, antes de mais, harmonizar o desenvolvimento desportivo do praticante ao processo biológico normal da maturação e crescimento funcional e orgânico (Proença, 1986).

Em suma, não há verdadeira especialização sem que os praticantes passem por fases anteriores de formação que fomentem um desenvolvimento evolutivo, sortido e absoluto de todas as estruturas, funções e capacidades (Vieira et al., 1999).

Cada escalão etário reclama processos pedagógicos-didáticos próprios e orientações particulares, na organização e orientação/direcção do treino e da competição (Vieira et al., 1999).

Brito et al. (2004) referem que o trajecto em direcção ao alto rendimento é encarado como um processo que pressupõe várias etapas devidamente reconhecidas e caracterizadas. Nestas, procura-se de forma estável, ajustada, evolutiva e de acordo com o desenvolvimento biológico do praticante,

determinar as orientações que esse caminho deverá assumir.

É essencial compreender que o treino desportivo, desde a sua iniciação até à sua mais elevada expressão de alto rendimento, constitui um processo unitário e integral que deve estruturar-se coerentemente (Sánchez, 1995). Isto é, em etapas contínuas, com propósitos e particularidades naturalmente diferenciados, formando assim um processo permanente de preparação dos praticantes (Raposo, 2000).

Vianna (2001) alerta-nos para a necessidade de descobrir a proporção ideal entre o treino geral e o específico, próprios para a etapa de treino e para a faixa etária. Isto, de forma a contribuir para o harmonioso desenvolvimento do potencial do praticante.

Segundo Brito et al. (2004), é importante mencionar que a transição de uma etapa para outra não acontece de uma forma súbita, mas sim gradualmente (uma etapa converte-se em outra).

Se por um lado há clubes que pecam por excesso (nas condições que oferecem aos seus praticantes), por outro lado há equipas que pecam por falta.

As condições de trabalho precárias podem ser um entrave ao desenvolvimento das capacidades do jogador.

O E3 expõe que: *“Mudava as condições de trabalho que tive em alguns momentos da minha formação”*.

Além da influência que a preparação desenvolvida nas etapas anteriores desempenha na duração da etapa de alto rendimento, em nossa opinião, não menos importante é a existência de equipamentos/instalações apropriados (Brito et al., 2004).

Assim, o facto de estar num clube grande a nível nacional, com excelentes condições de trabalho, pode aumentar as hipóteses do jogador melhorar o seu rendimento, e, conseqüentemente, atingir a excelência (Barreiros, 2005).

Além da importância da qualidade do material, a qualidade futebolística da equipa onde o jogador está inserido também é importante para o seu crescimento. Porque o sucesso ou a falta dele na equipa vai-se reflectir na projecção do jogador.

Quanto pior for a equipa, menores serão as hipóteses de assegurar conquistas. Quantas menos conquistas a equipa tiver, menos protagonismo o jogador poderá ter. E esta falta de protagonismo pode fazer com que o jogador não seja visto, nem descoberto.

Segundo o E8: *“Um jogador para dar continuidade as chamadas a selecção tem que estar integrado num grande grupo de trabalho, num grande clube mesmo. Porque é difícil um jogador de um clube pequeno chegar lá”*.

Visto isso, podemos afirmar que os jogadores que estão em grandes equipas têm mais possibilidades de se destacarem de uma forma positiva. Isto porque estão inseridos num meio com bons jogadores, o que vai fazer com que se tenham que superar para poder jogar.

Na perspectiva de E9: *“É muito mais fácil para um jogador se integrar, se valorizar numa equipa grande como o Porto, Benfica, Sporting (recheadas de jogadores internacionais, de jogadores de top), porque a qualidade de jogo é outra”*.

Além de terem jogadores de baixo nível, as equipas de baixa dimensão têm objectivos medíocres (por norma lutam para não descer de divisão). Isto vai condicionar a estratégia da equipa para o jogo. Geralmente estas equipas jogam de uma forma defensiva, já que o único interesse é não sofrer golos (para garantir o ponto do empate). Esta estratégia faz com que o jogador só possa mostrar algumas das suas capacidades (as defensivas).

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“Joguei sempre em equipas da primeira divisão que lutavam para não descer de divisão, ou seja, quase sempre jogava sozinho na frente”*.

As qualidades humanas também são muito importantes para o sucesso da equipa, e, conseqüentemente, para o sucesso do jogador. Não adianta ter as melhores condições em termos de matérias e ter jogadores com grandes qualidades individuais se o grupo não for unido.

O espírito de grupo é fundamental, principalmente nos momentos menos bons que a equipa possa atravessar. Já que com união e entreatajuda a resolução dos problemas é mais fácil. Se não houver sacrifício e empenho comum entre os elementos do clube dificilmente se conseguiram resultados

positivos (quer colectivos ou individuais).

Os clubes de top, além de obrigações desportivas, também têm obrigações financeiras. E em muitas ocasiões os clubes são obrigados a colocar os interesses económicos a frente dos interesses desportivos.

Em alguns casos o jogador é escolhido para jogar, não pelos seus atributos desportivos, mas sim por aquilo que pode render ao clube em termos financeiros. Assim, quando o clube coloca esse jogador a competir está a coloca-lo para que seja visto e incentivar outro clube a comprar o seu passe.

O E1 relata que: *“A qualidade há, ou havia em determinados clubes que eu passei, só faltava a sensibilidade, faltava a honestidade, faltava o empenho de toda a gente. Para se atingir determinados objectivos é preciso sacrifício, é preciso vontade, é preciso toda a gente remar para o mesmo lado (...) Por sermos um activo do clube há uma determinada pressão, no meu ver, para que determinado activo seja colocado, seja posto, seja visto”*.

Noutros casos o jogador pode ser retirado da equipa porque deixou de ser rentável (em termos financeiros) para o clube. Desta forma, o jogador deixa de competir, deixa de evoluir só porque não simboliza um futuro encaixe financeiro.

Segundo o E4: *“Mais do que uma semana seguida e achava que tinha capacidade para lá estar e ficar, mas eu sei que o futebol não é só desporto. O futebol envolve negócio, envolve dinheiro, envolve investimento, envolve tanta coisa. Se calhar na altura não era rentável para o clube”*.

O poder que o clube tem sobre o jogador faz com que este seja obrigado a cumprir o contrato (se o clube assim o entender).

Isto faz com que o jogador nem sempre possa fazer o que quer. Está sempre dependente da autorização do clube, ou seja, está “preso” as decisões superiores.

Na perspectiva de E1: *“O saber conscientemente que está a ir para um caminho que não é aquele que ele escolheu, que não é aquele que ele quer, mas tem um contrato assinado e tem que o cumprir. A obrigatoriedade de ter que fazer uma coisa que se calhar não é a mais correcta, mas tem que a fazer”*.

Este poder que o clube tem sobre o jogador pode impossibilitar a sua

saída para um clube melhor.

Tal facto é evidente nas palavras de E8: *“Para mim era uma coisa muito melhor, na altura ia para um clube muito melhor, mas só que estava contratualmente ligado a esse clube e os dirigentes tudo fizeram para que eu continuasse”*.

Desta forma, o clube tem o poder de controlar a ascensão do jogador.

5.5 Treinador

Para o jogador poder evoluir e ser visto é preciso que tenha oportunidades para jogar. Se estas oportunidades não surgirem a evolução do jogador pode estagnar e as possibilidades de este ser descoberto são muito reduzidas.

É fundamental que durante a carreira do jogador apareça algum treinador que goste/acredite nas capacidades do jogador, e assim aposte nele. Porque se o jogador não tiver ninguém que aposte nele vai passar um percurso inteiro sem ter as oportunidades necessárias para evoluir e aparecer.

A falta de aposta pode derivar do medo que o treinador tem de arriscar em jogadores jovens. Na óptica de alguns treinadores, colocar um jovem a jogar não é uma aposta muito segura. Como pensam que o jogador jovem não tem muita experiência, e por isso a possibilidade dele errar é muito grande, preferem não correr esse risco e jogar pelo seguro (colocam outro praticante a jogar).

Como refere o E2: *“Em Portugal é muito, muito difícil atingir a excelência no escalão sénior. Porque os treinadores ainda têm muito medo em apostar em jogadores da formação”*.

Esta opção também pode ser resultado da pressão que o treinador tem para ganhar. Esta pressão não dá muita margem de manobra ao líder, por isso a escolha dele recai no jogador que, na sua óptica, lhe dá mais garantias de alcançar essa vitória. E em alguns casos a decisão recai sobre um jogador estrangeiro, mesmo que tenha menos qualidade que o português. O que

interessa é que esse jogador estrangeiro tenha mais experiência que o jogador nacional. Desta forma, o treinador sente que o risco, e a eventual possibilidade de falhar é menor.

Segundo o E3: *“Por vezes estes jogadores estrangeiros têm menos qualidade que os jovens portugueses, mas por outro lado têm mais experiência, logo menos risco para os treinadores”*.

Antigamente, a aposta no jogador jovem era muito menor do que é hoje em dia. Eram muito raros os treinadores que tinham a “coragem” de arriscar num jogador que acabasse de chegar aos seniores. Desta forma, o praticante jovem ficava muito tempo sem competir.

Na perspectiva de E10: *“No meu tempo não havia essa mentalidade que há agora para meter jovens jogadores a jogar. Os treinadores tinham medo de correr o risco”*.

O medo de arriscar, do treinador, faz com que a margem de erro dos jovens seja muito reduzida. Não há oportunidade para errar, tudo tem que sair bem. Porque se não for assim o praticante jovem deixa de jogar imediatamente.

Isto cria uma grande pressão no jogador jovem, porque sempre que estiver dentro de campo vai ter o pensamento de que não pode falhar.

Se o jogador jovem não tiver oportunidade para cometer/corrigir vários erros dificilmente se conseguirá adaptar às novas exigências (num plantel sénior). Porque são estes vários erros, e consequentes as correcções dos erros, que vão fazer com que o jogador tenha que melhorar as suas prestações. E ao melhorar as suas prestações, o praticante jovem vai aumentar a sua capacidade de adaptação à nova realidade.

Tal facto é evidente nas palavras de E5: *“Às vezes os jogadores vindos das camadas jovens em que os clubes apostam ao mínimo erro são retirados das equipas (...) Não me ter dado a oportunidade de jogar, como acontece hoje em dia com qualquer jovem que seja muitas vezes internacional e lhe é dada a oportunidade de jogar, de errar e de voltar a jogar, até se sentir perfeitamente adaptado a nova realidade”*.

Desta forma, a paciência do treinador é fundamental para o bom

crescimento do praticante. Isto é, para que o alto rendimento seja alcançado, é essencial que os treinadores tenham a tranquilidade e a perícia necessária para levar o praticante a alcançar grandes registos, entenda-se, sucesso desportivo (Coelho, 1985; Grosser e tal., 1988; Vicente, 1995; Nespreira, 1998; Raposo, 2000).

Além da influência que a preparação desenvolvida nas etapas anteriores desempenha na duração da etapa de alto rendimento, em nossa opinião, não menos importante é o amparo dos técnicos e a correcta preparação desportiva (Brito et al., 2004).

Ao contrário do que acontece em alguns dos melhores clubes da Europa, os treinadores nacionais não apostam nos jogadores da formação. Na opinião dos nossos entrevistados isto está errado, porque o jogador português tem tanta ou mais qualidade do que esses jogadores que são apostas assíduas nas suas equipas. Assim, não tem lógica o jogador estrangeiro (com igual ou menor qualidade que o português) jogar na sua equipa, enquanto que o português (com igual ou mais qualidade) não joga nas equipas portuguesas (que a partida são de menor qualidade que as grandes equipas da Europa).

O E2 conta que: *“Jogadores a jogar no top do top do futebol mundial e nós com qualidades iguais ou superiores a eles não tínhamos lugar nos clubes da primeira divisão portuguesa e em clubes de baixa qualidade”*.

Segundo os nossos entrevistados, esta situação levanta uma questão pertinente, se, no tempo em que eles jogaram, a selecção portuguesa (com jogadores desconhecidos que não tinham lugar nas equipas portuguesas) fez grandes jogos contra selecções de enorme nível (cheias de jogadores conhecidos e que tinham lugar nas melhores equipas da Europa), porquê os treinadores nacionais não apostaram nesses jogadores portugueses?

Ao não dar uma oportunidade ao seu jogador, o treinador contribui para que este seja esquecido. Porque sem competição o praticante não se pode mostrar.

Com o passar do tempo, o jogador que deixa de competir, facilmente passa de conhecido a desconhecido.

Segundo o E1: *“Aqueles que não apostaram tanto em mim tiveram uma influência negativa nesse aspecto, ao não ser visto, ao não ser reconhecido, ao ser esquecido” (...)* *“Porque se calhar em alturas da minha vida o próprio treinador não me escolheu para aquele jogo, não me escolheu naquela época para ser uma aposta mais regular, digamos assim, e o tempo foi passando”.*

Quando o jogador fica muito tempo sem fazer o que gosta é lógico que fique desmotivado. Depois de um longo período sem competir, o praticante perde os níveis de motivação, e quando volta a jogar, depois de essa longa ausência (por falta de oportunidade), a confiança não é a mesma.

O jogador quando não joga fica desmotivado, e ao ficar desmotivado está mais susceptível a tomar decisões erradas. Com o passar do tempo o jogador vai perdendo a paciência e a esperança por uma oportunidade para jogar, assim vai tentar resolver a sua situação. Mas muitas vezes essa solução encontrada não é a melhor para o seu futuro.

Na perspectiva de E5: *“Depois estão mais x tempo sem jogar, ficam desmotivados. Depois voltam a jogar, mas já não é com a mesma confiança (...)* *Não me é dada a oportunidade de jogar comecei a pensar que a oportunidade não ia surgir, ele não aposta em mim, vou ter que ir para outro lado para mostrar, vou ter que ser emprestado”.*

Há situações limite em que o praticante desanima por completo e pensa que não vai ter a sua oportunidade. Ao chegar a este ponto de saturação, desmotivação e descrença total o jogador abandona a prática.

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“Uma geração de vinte jogadores que ganharam praticamente tudo o que havia para ganhar nos últimos 33 anos, mas mesmo assim eu lembro-me que a maioria deles chegaram aos 27/28 já estavam com a carreira numa fase muito descendente, alguns deles até abandonaram”.*

Por muito boa que seja a formação e por muito boa que seja a projecção do futuro do jogador jovem, se este não jogar com assiduidade dificilmente conseguirá atingir o topo.

Como indica o E8: *“Joguei pouco, também era novo na altura e faltou um bocado mais de aposta em mim para eu tentar ter uma carreira diferente. Também é preciso ter um treinador que aposte em nós”*.

Sem jogar de forma regular, o praticante não consegue ser chamado à selecção A.

Segundo o E10: *“Penso que o factor, mas importante, que fez com que não fosse chamado a selecção A foi nunca ter sido titular indiscutível de uma equipa da primeira divisão”*.

Nos seniores, os treinadores devem de ter em conta as conquistas que o jogador teve durante a sua formação. Porque a qualidade não se perde de um momento para o outro.

Esta questão da oportunidade é fundamental no crescimento do jogador até a excelência. Há jogadores, que por aquilo que são, só precisam de uma oportunidade para mostrar todo o seu valor.

Se o jogador não tiver a oportunidade de jogar como vai constatar se realmente é ou não capaz? Só jogando, só competindo, só vivendo as experiências do jogo é que o praticante vai conseguir desenvolver-se. A oportunidade de jogar diferencia a evolução de dois jogadores com qualidades semelhantes.

Na perspectiva de E9: *“Continuo a dizer que o primeiro factor inibidor é a aposta. Por tudo aquilo que fiz nas selecções (no clube tinha poucas hipóteses) deveriam ter apostado mais em mim (...) Nitidamente não tive oportunidade, porque acredito que se tivesse oportunidade teria conseguido me impor, por aquilo que me conheço, por aquilo que era, sinceramente, penso que me conseguiria impor (...) Alguns colegas meus (com as mesmas qualidades que eu) se conseguiram impor pela oportunidade que lhes foi dada”*.

A falta de formação dos treinadores é um entrave muito grande no entendimento daquilo que realmente é o processo de desenvolvimento de um jogador. Os treinadores mal formados não possuem os conhecimentos necessários para apetrechar o praticante com bases sólidas. Sendo que uma das maiores lacunas do treinador é na área da psicologia.

Tal facto é evidente nas palavras de E6: *“Eu acho que se no futebol*

houvesse a preocupação de formar as pessoas em termos profissionais e houvesse mais psicologia dentro do futebol as coisas melhoravam muito”.

O treinador deve contribuir para o melhoramento do controlo emocional, por forma a certificar a participação do praticante na competição em perfeitas condições psicológicas (Raposo, 2000).

As pessoas que estão ligadas a formação devem ter um conhecimento abrangente sobre o desenvolvimento do jogador. Porque, se é neste momento que o jogador constrói as suas bases, os responsáveis por esta construção devem ser pessoas preparadas. Por isso deve-se apostar em pessoas qualificadas (professores). Infelizmente, no futebol, são poucos os professores a trabalhar na formação.

Como menciona o E1: *“Se me perguntar quantos professores tive na minha formação, se calhar tive um ou dois, naquela altura não se usavam professores com estudos, com métodos de treino, com conhecimento em todas as áreas”.*

Esta falta de professores na formação dos jogadores compromete o sucesso deste processo. Porque, atendendo às diversas transformações que o praticante sofre durante a puberdade ao nível dos diferentes sistemas anatomofisiológicos, é muito importante que o treinador domine as diferentes variáveis que determinam essas transformações (Raposo, 2000). Sobretudo, poder organizar todo o processo de treino desportivo de uma forma ajustada.

Ao treinador exige-se que saiba planificar o processo de formação (saiba o como e o que fazer em cada etapa de preparação), uma vez que há uma escala de prioridades (Zotko, 2001).

O treinador, em função do nível do jogador, do calendário competitivo, dos objectivos definidos, entre outros aspectos, determina o modelo de periodização a seguir (Brito et al., 2004).

Segundo Monteiro (1997), as diferentes tarefas que compõem o treino deverão ser devidamente ajustadas às particularidades do praticante, das diferentes modalidades e enquadradas por técnicos, ou equipas de técnicos, especializados em diferentes domínios.

Quando os responsáveis pelo treino estão mal formados certamente os

seus conhecimentos são incompletos. Isto é, o treinador pode saber muito sobre uma parte do treino, mas não sabe nada sobre outra parte. Assim, o jogador vai estar mal preparado para competir .

Segundo o E3: *“Penso que tive bons líderes em campo e com bons conhecimentos de futebol (enquanto jogo), mas um pouco limitados ao nível do treino físico. Ao nível do treino deve ter havido alguns erros na intensidade.”*

Uma das piores coisas que pode acontecer na formação de um jogador é ter um treinador que seja inculto desportivamente, com pouca capacidade de compreensão e pouca sensibilidade nos momentos menos bons do jogador.

Na perspectiva de E6: *“O maior entrave que existiu em termos de formação foi a ignorância (...) Eu passei por muita ignorância, passei por muito treinador ignorante”*.

Hahn (1988) alerta-nos que a ignorância a respeito do desenvolvimento infantil, a informação irregular acerca da gestão das cargas, assim como ambições exageradas, são factores que danificam e interferem negativamente o desenvolvimento desportivo da criança.

Assim, é fundamental estar sensível à resposta do praticante, uma vez que, segundo Hahn (1988), há momentos das carreira do praticante que poderão exigir um nível de dedicação, uma intensidade e uma capacidade para o treino, que alguns não dispõem ou não estão preparados para aguentar.

Esta falta de formação dos treinadores só pode resultar em métodos de treino errados. Porque se os conhecimentos do formando são limitados aquilo que ele idealiza, para a preparação do jogador, tem uma grande possibilidade de estar errado. Assim, são vários os erros dos treinadores que prejudicam a evolução do praticante:

- Má planificação dos treinos: Desinteresse com o tempo de recuperação que deve existir entre dois jogos.

Tal facto é evidente nas palavras de E10: *“Também já apanhei treinadores de fazer treino conjunto ao sábado de manhã com jogo no domingo seguinte”*.

- Mau aproveitamento do treino: Preocupação com a quantidade e não com a qualidade do treino.

Como conta o E2: *“Cheguei a ter três horas de treino em que se aproveitavam 30 minutos, as outras duas horas e meia era para esquecer”*.

- Má preparação para o jogo: Prejudicar o rendimento do jogador na competição

Segundo o E6: *“Em termos de clube não tive treinadores de top em que me preparassem mesmo muito bem para um jogo”*.

- Má gestão entre treino/competição e recuperação: Aplicação de grandes cargas físicas sem pensar nos resultados negativos que isso iria ter na capacidade de recuperação do jogador.

Na perspectiva de E6: *“Na minha opinião a intensidade a que fui submetido em determinados clubes e com determinados treinadores não foi a mais correcta. Felizmente joguei na primeira divisão, mas em clubes com muitas dificuldades, treinávamos em pelados e depois íamos fazer um jogo no relvado que é completamente diferente. Tive jogos em que me perguntava como seria possível jogar, porque no aquecimento já não me conseguia mexer, parecia que cada perna pesava trinta quilos (...) Tive treinadores que chegava ao fim e era para descansar, estava morto.*

Neste sentido, o E7 também conta que: *“Trabalhava tanto a semana que não entendia como conseguia render ao domingo (...) a intensidade no treino era tão alta que estávamos mortinhos que chegasse o jogo para descansar. Eu lembro-me de um treinador que treinava cinco horas por dia e chegava a fazer três treinos num dia”*.

- Castigos por maus resultados: Corrigir as derrotas com treinos, fisicamente, muito exigentes, os quais punham em risco a integridade física do praticante.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“Tinha treinadores que quando perdíamos os jogos ao domingo como castigo dava uma coça na terça-feira. Ou seja, vinha morto do jogo, cheio de dores musculares, cheio de pancadas, todo pisado e ainda ia subir bancadas. Estava morto, mais morto ficava. Estou morto toda a semana, vou estar morto no domingo. Antigamente usava-se um bocado disso. Perdias o jogo e o treinador castigava-te, terça-feira em vez de fazer treino de recuperação ias subir escadas com jogadores as costas e é por*

isso que hoje em dia as minhas costas parecem a linha do comboio, todas curvadas. Coisas que não têm qualquer fundamento hoje em dia”.

- Falta de treino específico da posição: Não desenvolver, no jogador, a capacidade para resolver as situações particulares da sua posição.

O E7 refere que: *“Eu nunca tive esse treino complementar como ponta de lança. Eu treinava da mesma forma que treinava o defesa central, como treinava o médio centro, como treinava o lateral, não pode”.*

- Treinador displicente: Desleixo no trabalho, o qual deixava os jogadores aquém das exigências do jogo.

Segundo o E6: *“Mas tive treinadores com os quais brincávamos tanto que chegávamos ao jogo e não conseguíamos aguentar, era um exagero”.*

Em suma, todos estes erros prejudicam, não só a prestação imediata do praticante, mas também o seu futuro. Porque estes erros deixam marcas negativas que dificilmente serão “apagadas”.

Como refere Pereira (1998), treinar jovens pode também ser um risco. Veja-se que, segundo este autor, são raros aqueles que, conseguindo alcançar altos níveis de rendimento nos escalões de formação, conseguem manifestá-los, com a mesma excelência, quando adultos. Marques (1998), explica que esta situação poderá ser resultado da aplicação de cargas de treino muito intensas (das quais resulta uma especialização precoce) ou do facto de os pressupostos básicos (os fundamentos da prestação de alto nível) não terem sido desenvolvidos da forma mais apropriada no processo desportivo com os mais jovens.

Desta forma, treinar jovens poderá realmente ser um risco. E como salienta Pereira (1998) será tanto maior quanto menor for a preparação do treinador.

O ter treinadores diferentes implica ter, também, métodos de treinos diferentes. Estas constantes alterações na forma de treinar fazem com o jogador não se consiga familiarizar com um método de treino em concreto.

Num ano o jogador poder treinar da forma x e no ano a seguir treinar da forma y, ou seja, aquilo que num ano é tido como o correcto, no ano seguinte já não é. Acontecem mudanças drásticas muito rapidamente.

Na perspectiva de E5: *“Eu nas camadas jovens do Boavista ia até ao Castelo do Queijo e vinha a correr, em alcatrão. No Castelo do Queijo parávamos para fazer exercícios meramente físicos e vínhamos para cima a correr. Tive treinadores que faziam a pré-época com 3/4 dias de estágio em que só fazíamos futvolei. Ou seja, totalmente o oposto.”*

Neste sentido, o E9 também expõe que: *“Uma primeira fase em que a parte física era totalmente abrangente, e a parte técnica e tática passavam para segundo plano. E tive treinadores que desde o primeiro momento o nível de exigência era igual, ou seja, tínhamos a parte física com a parte técnica e tática”*.

O jogador tem que se sujeitar às ideias de cada treinador que vai encontrando ao longo da sua carreira. O treinador, como líder que é, escolhe os métodos de treino mediante aquilo em que acredita, sem se importar com aquilo que o praticante fez com o antigo treinador.

Tal facto é evidente nas palavras de E9: *“Isto depende muito do ponto de vista do treinador, da maneira de pensar, na maneira de trabalhar, porque cada pessoa tem um método de trabalho”*.

É o treinador que vai definir a intensidade a que o praticante vai estar submetido. Assim, o jogador pode passar por intensidades completamente diferentes.

Como indica o E8: *“Em alguns casos a intensidade era de mais, noutros casos a intensidade era de menos, noutros casos era adequada, penso que depende muito do treinador que apanhamos”*.

Estas constantes mudanças de treinadores faz com o jogador vá alternando entre o prazer de jogar (quando os métodos agradam) e a saturação (quando os métodos são desagradáveis).

Segundo o E6: *“Quanto ao meu estado de saturação posso dizer que dependia dos treinadores. Havia épocas em que acabávamos e queríamos continuar, havia outras épocas em que a meio já estávamos cheios”*.

O facto de trabalhar pouco tempo com o mesmo treinador obriga o jogador a ter que se readaptar constantemente, ou seja, de cada vez que tem um treinador novo tem sempre que começar tudo do zero. Isto não permite que

o praticante se estabilize num tipo de treinar e que a partir dessa estabilização desenvolva, harmoniosamente, as suas capacidades.

Na perspectiva de E7: *“Praticamente só trabalhei dois anos com o mesmo treinador, o resto foi tudo com treinadores diferentes. Todos eles pensam de forma diferente e eu todos os anos tive que me adaptar a formas de pensar diferentes, a formas de trabalhar diferentes”*.

A capacidade de liderança é fundamental para o sucesso de uma equipa, e, conseqüentemente, para o sucesso do jogador. O problema é que há treinadores que não sabem gerir muito bem o “poder” que têm sobre os jogadores. Em muitas ocasiões abusam desse poder e acabam por ser excessivamente rigorosos.

Esta confusão entre liderança e autoritarismo faz do treinador um líder negativo. Desta forma, o jogador pode ficar inibido, e com medo da reacção do treinador a algum comportamento que este considere desapropriado.

Como expõe o E6: *“Palavras mal utilizadas, treinadores um bocadinho mais hostis, mais negativos, mais “maus””* (E6).

Por norma, os treinadores que oferecem um apoio social pobre (exemplo: falta de empatia, pressão, falta de confiança no atleta, expectativas impossíveis) e lideram com um estilo autocrático, têm sido associados a resultados negativos nos atletas, tais como atitudes negativas para com os treinadores, menos motivação e abandono (Gould et al., 1996; Pelletier, Fortier, Vallerand & Brière, 2001; Price & Weiss, 2000).

Este negativismo do treinador vai contra aquilo que é referido na literatura. Sendo que Côté e Hay (2002) mencionam que os treinadores a trabalharem com crianças na fase inicial de envolvimento necessitam de habilidades de facilitação e entusiasmo, para além de qualquer excelência técnica no desporto.

Os primeiros estudos (Bloom, 1985; Smith, Takhvar, Gore & Vollstedt, 1986) a salientarem as exigências específicas do trabalho com atletas jovens sugeriram que, nas primeiras fases de desenvolvimento os atletas requerem, primeiramente, instrução técnica para desenvolverem princípios fundamentais próprios, juntamente com um elevado grau de apoio e elogio para encorajar a

participação contínua no desporto. Os mesmos estudos indicaram que uma parte importante do papel do treinador, nos primeiros anos, é o facto de se mostrar animado e amável. Segundo estas investigações, apenas quando os atletas fossem mais velhos e mais especializados um treinador exigiria conhecimento sofisticado e qualificações avançadas.

Schmolinsky (1992) refere que na etapa de especialização desportiva, há necessidade de imprimir nos praticantes dois aspectos muito importantes: uma forte vontade de evoluir e uma atitude positiva em relação à preparação desportiva.

Côté (1999) utiliza o termo jogo deliberado para caracterizar uma forma de actividade desportiva que envolve o desenvolvimento inicial da actividade física, sendo que esta deve proporcionar gratificação imediata, ser intrinsecamente motivadora e maximizar o prazer pelo jogo.

Segundo Côté, Baker e Abernethy (2003), a envolvimento, nos anos iniciais de participação no desporto, no jogo deliberado, dá aos atletas de elite a força de vontade e a motivação necessária para mais tarde se envolverem em treino especializado e atingirem performances excepcionais no desporto.

Assim, o desenvolvimento das habilidades, com um enfoque positivo e divertido, colaborará significativamente para as futuras conquistas atléticas (Balyi, 2001).

O ambiente negativo desmotiva as pessoas. Por isso, se o treinador em vez de apoiar estiver, constantemente, a criticar destrutivamente, os jogadores vão desanimar e com o passar do tempo acabarão por perder o gosto pela prática.

Segundo o E8: *“Houve momentos em que já pensei dessa maneira, com alguns treinadores que tive, não foram muitos, mas foram alguns, em que ia para o treino, mas não ia com aquela motivação de treinar, talvez pelo treinador ser tão rígido, chegando mesmo a pressionar os jogadores”*.

Assim, se a prática passar a ser assimilada como uma obrigação, o praticante facilmente ficará saturado e poderá desistir. Porque o jogador não está na disposição de se sacrificar por uma coisa que não lhe proporciona alegria.

Na perspectiva de E5: *“Quem não gostar de jogar futebol, quem não sentir prazer, quem não se divertir a jogar futebol, se calhar não vai conseguir atingir a excelência. Se for uma obrigação, passado dois meses, quatro meses, um ano, dois anos, dizes que não gostas de jogar futebol, vou mas é tirar um curso ou vou trabalhar”*.

Muitos treinadores não sabem diferenciar os objectivos dos escalões de formação e os objectivos do escalão sénior. Isto é, há treinadores, da formação, que focalizam o seu trabalho na vitória imediata (o que só pode acontecer no escalão sénior). Esta forma de trabalhar vai fazer com que o treinador pressione o jogador jovem (o qual não está minimamente preparado para essa pressão) para ganhar o jogo ou o campeonato.

Desta forma, a pressão que o treinador exerce não dá espaço às brincadeiras que são fundamentais para a motivação do praticante jovem.

Segundo Côté, Baker e Abernethy (2003), um ambiente de brincadeira durante os primeiros anos de envolvimento de uma criança no desporto podem explicar a aprendizagem precoce e a motivação excepcional dos atletas de excelência, porque parece conduzir a uma subsequente aprendizagem e ao envolvimento na prática deliberada.

A pressão prematura que os treinadores põem nos miúdos é nefasta para a capacidade de sacrifício que o jogador irá necessitar no futuro para aguentar as exigências da carreira. Com o passar dos anos o jogador, em vez de sentir cada vez mais prazer em jogar, vai ficando cada vez mais saturado. Porque na sua juventude já foi alvo de grande pressão.

A pressão prematura que o jogador sofre pode ser explicada pela busca de êxito por parte dos treinadores que ambicionam alcançar, no menor tempo possível, um aumento do seu prestígio através do êxito obtido pelos seus praticantes (Hahn, 1988).

Estas divergências, entre treinador e jogador, que foram aqui referidas podem gerar uma má relação entre estes dois. Sendo que o jogador é o principal prejudicado. Porque pode deixar de jogar por imposição do treinador. E enquanto tiver esse treinador dificilmente voltará a jogar, o que pode implicar uma longa paragem (se se mantiverem na mesma equipa durante muito tempo).

Tal facto é evidente nas palavras de E2: “(...)as pessoas que hoje em dia estão a frente dos escalões (escolinhas, infantis até iniciados, a partir de juvenis já se tem outro tipo de maturidade) já põem pressão nos miúdos, e é muito cedo para se pôr pressão numa criança (...) É que o problema é que já comesças a ser rigoroso nas escolas. Depois acontece como, infelizmente, me aconteceu a mim, a partir dos 30/31 anos já jogas com um grande sacrifício, o que deve ser precisamente o contrário (...) Apanhas um treinador que não vai com a tua cara e não jogas mais, também me aconteceu a mim, infelizmente, nos meus dois primeiros anos de seniores que é a fase mais importante de um jogador”.

Esta desavença pode levar o treinador a tomar medidas completamente desajustadas.

Como conta o E6: “Um treinador que me marcou pela negativa. Fui muito a baixo nessa altura. Lembro-me que ele não me dirigia a palavra e acabei de certa forma por ser atirado para fora da equipa”.

Todas estas lacunas, dos treinadores, que foram mencionadas pelos nossos entrevistados contradizem aquilo que é referenciado na literatura específica do treino desportivo. Porque a função do treinador é ajustar o treino às principais singularidades evolutivas de cada idade (Manno, 1992). O treinador e a metodologia empregada no treino, não podem ignorar o conhecimento do meio envolvente e dos fenómenos resultantes dos processos ontogénicos (Brito et al., 2004).

Como refere Proença (1986), o importante é elaborar os conteúdos, meios e métodos de treino em função de propósitos que tenham em consideração o processo de crescimento e desenvolvimento individuais, com vista a não apressar ou atrasar a total expressão das capacidades de cada praticante.

A orientação do processo de treino nessas etapas, assim como a extensão das cargas impostas, os meios e os métodos de treino e correspondentes conteúdos, deverão ser programados em função dos processos e da idade de crescimento dos diversos órgãos, sistemas e estado de maturação psicológica do praticante (Platonov, 1997).

Assim, os treinadores devem fazer um calendário de treinos razoáveis, de forma a possibilitar o envolvimento noutras actividades extra-futebol, retardar o treino especializado até que os atletas estejam física e psicologicamente preparados, criar diversão e climas de motivação, ministrar atenção individual a todos os participantes do programa, manter os atletas com pares no seu próprio grupo de acordo com a idade e facilitar a comunicação efectiva com os pais (Côté & Fraser-Thomas, 2007; MacPhail & Kirk, 2006; Wiersma, 2000).

5.6 Dirigente

Neste meio não é só o treinador que carece de formação, o dirigente também é um dos participantes activos da formação do jogador que, em muitos casos, não tem a instrução suficiente para lidar, da forma mais correcta, com as situações que lhe vão surgindo no dia a dia.

Segundo o E6: *“A formação que se tinha para director não era a mais adequada. Se calhar formação para director nunca existiu e se calhar nunca vai existir e eu acho uma estupidez hoje em dia isso acontecer”*.

Um dos nossos entrevistados referiu que para melhorar esta situação deveriam ser criados cursos que preparassem o dirigente para as suas funções específicas, principalmente aquelas que têm mais influência no crescimento do jogador.

Na perspectiva de E2: *“Eu concordava que provavelmente deveria haver cursos também para dirigentes”*.

Se o dirigente não estiver devidamente formado pode, mesmo que involuntariamente, danificar ou até mesmo acabar com a carreira do jogador. Porque, quanto menor for a formação do dirigente, maior é a probabilidade do jogador ter uma carreira de insucesso.

Quer por incapacidade financeira ou por uma política do clube, a maioria dos dirigentes não são profissionais, ou seja, têm os seus próprios trabalhos.

Desta forma, não se entregam de uma forma exclusiva ao cargo de dirigente nem são remunerados para tal.

Tal facto é evidente nas palavras de E4: *“São pessoas que por norma não vivem exclusivamente do futebol, têm os seus empregos e depois dedicam o resto do dia que falta a tentar da melhor maneira possível e da maneira que eles sabem, se calhar nem formados para isso são, dirigir o destino do clube”*.

Isto faz com que a pessoa que ocupa o cargo de dirigente possa não desempenhar as suas funções da melhor maneira. Seja por falta de tempo ou por falta de dedicação. Por um lado, como têm as suas obrigações laborais (que preenche grande parte do dia), há dias em que o tempo de que dispõe, para as responsabilidades do clube, é muito curto. Neste pouco espaço de tempo não conseguem cobrir todas as necessidades do cargo. Por outro lado, ao ter que se dedicar a sua profissão, o dirigente relega para segundo plano de prioridade as tarefas do clube. Além de tudo isto, também podemos referir a falta de motivação e a saturação que há depois de um dia inteiro de trabalho (extra-futebol). Desta forma, a disponibilidade física, mas fundamentalmente mental, que o dirigente tem para ainda (depois de ter tido que arcar com as responsabilidades do seu trabalho) lidar com o jogador é muito reduzida.

Assim, como acontece com o jogador, se o dirigente se dedicar a um emprego em detrimento do cargo desportivo, este torna-se secundário, já que a disponibilidade acaba por ser limitada, condicionando, concludentemente, os resultados obtidos (Brito et al., 2004).

Com tantas lacunas é obvio que a capacidade do dirigente para tomar decisões, que estejam ligadas a carreira do jogador, é diminuta. A escassez de instrução faz com que o dirigente tenha uma opinião própria muito frágil, e assim se deixe, facilmente, levar pelos outros.

Como menciona o E9: *“Os dirigentes para estarem no futebol deveriam ter formação, e não irem pelo que ouvem, ou seja, pelos empresários, pelos amigos, acho que deveriam ter uma opinião própria, uma avaliação própria para saber distinguir o que está bem e o que está menos bem, se o jogador tem ou não faculdades, não se podem deixar levar pelos outros”*.

Este falta de personalidade do dirigente e a facilidade com que se deixa levar pelo parecer dos outros pode fazer com que este tome decisões erradas sobre o jogador. Decisões estas que podem estar relacionadas com a entrada ou a saída desafortunada do praticante do clube. Isto é, um jogador pode ter valor para ficar na equipa, mas só porque alguém conhecido do dirigente comentou que o mesmo jogador não tinha qualidade, este já não fica no plantel. Desta forma, podem-se perder bons jogadores.

Uma das maiores lacunas apontada aos dirigentes é a falta de conhecimento sobre a prática desportiva (fundamentalmente sobre o futebol). Não estamos a falar de um conhecimento superficial, mas sim de um conhecimento profundo, que só aqueles que foram jogadores conhecem. E como grande parte dos dirigentes não foram jogadores não têm esse conhecimento de causa.

Segundo o E5: *“Os dirigentes, muitos deles, andam no futebol, mas nunca praticaram desporto (está a mudar ligeiramente), nunca estiveram dentro de um terreno de jogo com o stress e a pressão de um jogo importante”*.

Esta lacuna dificulta a percepção correcta do dirigente sobre os sentimentos do jogador (tristeza, alegria, ansiedade, euforia, etc.), sobre as reacções do jogador, sobre o que deve dizer e fazer em cada momento (sempre em congruência com o meio onde está inserido).

Em suma, há ocorrências dentro do mundo do futebol que só quem já foi jogador consegue descortinar e resolver da melhor maneira.

É fundamental para a estabilidade mental do jogador que as pessoas que o rodeiam tenham a capacidade de o perceber e compreender. Porque nem todos os dias são bons, nem todos os treinos/jogos correm bem, e são nestes momentos menos bons que o dirigente deve ter a sensibilidade suficiente para compreender que o jogador não é uma máquina que faz sempre tudo bem, e são também nestes momentos que o jogador precisa do apoio e dos conselhos do dirigente. Só que, infelizmente, pela falta de formação e pela falta de ligação ao meio, o dirigente não tem sensibilidade suficiente para perceber o praticante.

Na perspectiva de E7: *“É importante que a pessoa que está ligada ao*

futebol, ao grupo, tenha sensibilidade e que perceba que o atleta x precisa ser tratado de uma determinada forma”.

Com esta falta de sensibilidade do dirigente, o jogador sente-se mal tratado, incompreendido e mal auxiliado. Desta forma, o praticante vai sentir que não tem o acompanhamento certo e que dificilmente conseguirá ultrapassar os momentos menos bons.

Como forma de resolver esta situação deve-se introduzir, no futebol, dirigentes que tenham sido jogadores ou dirigentes que dominem completamente o meio.

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“Meter no dirigismo do futebol pessoas que estejam ligadas directamente ao futebol, pessoas que foram jogadores ou que tiveram uma ligação muito grande aos jogadores”.*

Assim, os jogadores serão tratados por pessoas que passaram por aquilo que eles estão ou vão passar.

Para que o alto rendimento seja alcançada, é essencial que durante os oito a dez anos anteriores (Coelho, 1985; Grosser e tal., 1988; Vicente, 1995; Nespreira, 1998; Raposo, 2000), os dirigentes tenham a tranquilidade e a perícia necessária para levar o praticante a alcançar grandes registos, entenda-se, sucesso desportivo.

Em muitas equipas, o dirigente tem o poder para decidir se o jogador fica ou sai da equipa. Este tipo de poder nas mãos de pessoas mal formadas ou sem conhecimento da realidade do futebol pode causar um grande prejuízo na carreira do praticante. Porque as lacunas que o dirigente tem, fazem dele uma pessoa com grande probabilidade de errar nas suas decisões, ou seja, pode fazer com que o treinador fique com um jogador sem qualidade ou pode fazer com que o treinador dispense um jogador com qualidade. E assim, pode-se perder um jogador com valor.

O E1 diz que: *“Eles próprios, tanto ou mais que o treinador, tiveram uma influência grande na minha trajectória. Porque eram eles que decidiam, são eles em sintonia com o treinador que decidem se querem este ou aquele jogador, isto influencia negativamente a trajectória de um jogador”.*

Isto leva-nos a concluir que um praticante pode ter capacidade para ficar

numa equipa, mas se o dirigente não quiser o jogador não fica.

Segundo o E7: *“Eu estava no clube certo, no momento certo e ia assinar mais três anos quando tudo se desmoronou. Isso como é óbvio, foram os dirigentes que o fizeram”*.

5.7 Empresário

A falta de empresário pode prejudicar a carreira do praticante. Sem empresário o caminho até ao topo fica mais complicado, porque o jogador não tem ninguém especializado, nesta área, para o ajudar, isto é, não tem alguém que olhe pelos seus interesses.

Na perspectiva de E5: *“Não chegaria a profissional sem ter empresário (o que hoje é impensável)”*.

Ao longo da sua carreira o jogador tem que tomar decisões e escolher este ou aquele caminho. Nestes momentos é importante o praticante ter uma pessoa que o aconselhe a tomar as melhores decisões. E o melhor é ser aconselhado por alguém que esteja por dentro daquilo que é o futebol.

Tal facto é evidente nas palavras de o E7: *“Provavelmente o facto de não ter empresário também pesou bastante. Se calhar não ter tido um empresário que chegasse a minha beira e me aconselhasse. Como aconteceu com alguns colegas meus que conseguiram através de alguns empresários chegar mais longe”*.

Desta forma, segundo os nossos entrevistados, a falta de conselhos especializados pode fazer com que o praticante faça escolhas erradas e prejudique o seu desenvolvimento.

No futebol há muitos interesses extra-campo que decidem o futuro do jogador. Como o jogador se deve concentrar por completo no seu rendimento dentro de campo precisa de alguém, especializado, para lidar com essas situações extras. Assim, se não tiver um empresário essas situações extras não serão devidamente resolvidas.

Se o jogador não tiver um empresário não se vai conseguir focalizar por completo no trabalho de campo, porque vai estar preocupado com as situações do foro empresarial que estão ligadas a sua carreira.

A falta de empresário também prejudica a projecção do jogador. Porque o empresário ajuda o jogador a aparecer. É o empresário que indica o jogador ao clube, é o empresário que procura os jogadores que o treinador precisa para a sua equipa, e como é lógico o empresário vai indicar um jogador que esteja com ele. Assim o jogador que não tem empresário tem mais dificuldade de ser visto/conhecido.

O E8 conta que: *“Ter alguém que tratasse das situações extra-campo, esse alguém era o empresário, e eu como nunca estive ligado a nenhum empresário não tive ninguém que me ajudasse nesse aspecto, sempre fiz a minha carreira sozinho (...) Ter alguém por trás que trabalhasse connosco e que nos fizesse aparecer mais, penso que o trabalho dos empresários também é muito importante, e eu como nunca tive nenhum empresário”*.

Mas não basta ter empresário. O empresário tem que ser competente e procurar as melhores condições para o jogador conseguir chegar a excelência. Segundo os nossos entrevistados, as más decisões de um empresário incompetente também complicam a ascensão dos jogadores.

Há jogadores que saem do clube onde estão bem para ir, numa aventura alinhavada pelo empresário, para outro clube.

Segundo o E10: *“Ao fim de dois anos quis vir embora por influência de um empresário”*.

O empresário promete mundos e fundos (com o intuito de convencer o jogador a sair do clube onde está), mas quando o jogador chega ao novo clube vê que não é nada daquilo que lhe foi prometido e fica arrependido de ter saído do clube onde estava muito bem. Só que quando o jogador se apercebe que cometeu um erro, induzido pelo empresário, já é tarde para voltar atrás, e assim perdeu tudo aquilo que tinha construído até então

É nos momentos difíceis que o praticante mais precisa de um acompanhamento adequado. Quando a carreira de um jogador passa por uma fase descendente é necessário que alguém, de dentro do mundo do futebol,

tenha a capacidade de a “levantar”, e assim evitar que o jogador caia no esquecimento. O problema é que existem empresários que não têm capacidade para erguer a carreira do jogador (depois de um declive) ou simplesmente perdem o interesse no jogador (só porque esse já não está na mo de cima) e o abandonam.

Como vimos anteriormente, a projecção do jogador é fundamental para o seu aparecimento/reconhecimento. Esta projecção deve ser bem pensada e bem desenvolvida, porque assim como um jogador pode atingir a excelência através de um boa projecção, também pode perder tudo se a projecção não for a mais correcta.

Assim, a projecção pode marcar a diferença entre um jogador que atinge a excelência e aquele que não a atinge. Há jogadores que têm empresários incompetentes, os quais não são capazes de tirar partido dos êxitos, que o praticante teve, para o promover.

Na perspectiva de E4: *“Nunca fui muito de lidar com empresários, porque acho que na altura em que eu necessitava deles, talvez para uma promoção maior, tive o acompanhamento errado, fiquei nessa fase marcado por essa situação e nunca mais quis empresários (...) Se calhar com um empresário mais forte e com uma negociação melhor, um jovem internacional com um percurso engraçado na formação, se tivesse sido olhado com outros olhos, se calhar tinha conseguido manter um nível um bocadinho mais elevado”.*

5.8 Exigências da carreira de jogador

Hoje em dia os clubes recrutam jogadores cada vez mais jovens. Este facto obriga a que cada vez mais cedo o jovem jogador se tenha que separar ou passar muito pouco tempo com os seus pais. O caso mais complicado é quando o jogador vai morar para a academia/centro de estágio do clube onde só pode estar com os pais de vez em quando. Mas mesmo que o jogador continue a morar em casa vai passar pouco tempo com os pais, porque quando sai da escola, geralmente tem que ir para o treino.

O E4 menciona que: *“O viver longe dos pais obriga-te também a amadurecer um bocadinho mais cedo”*.

Nestes casos o praticante vê-se obrigado a amadurecer muito cedo, porque não tem uma presença tão vincada dos pais (falta de referências comportamentais e falta de apoio familiar) como deveria de ter nessa fase do seu crescimento.

As exigências que o jogador tem que cumprir para chegar ao topo fazem com que este tenha que renunciar aos prazeres da adolescência.

Como relata o E10: *“No fundo abdiquei, por completo, da minha juventude em prol do futebol”*.

Desta forma, o praticante vê-se, desde muito cedo, privado de fazer as coisas que gosta e que são normais características da juventude.

O nível de exigências da preparação desportiva de alto nível compara frequentemente o praticante com a necessidade de se dedicar, por vezes em exclusivo, à sua carreira desportiva num determinado período da sua vida (Pataco, 1997).

A carreira de jogador é muito controlada. Há uma série de requisitos que jogador tem que começar a cumprir desde muito cedo.

Segundo o E7: *“Temos que ter horários, temos que ter uma boa alimentação, temos que controlar determinados instintos que quando somos novos gostamos de os ter”*.

Esses requisitos são, de alguma forma, contra a natureza do ser humano. Porque se é verdade que para se atingir alguma coisa na vida é preciso sacrifício e dedicação, também não é menos verdade que os momentos de alegria e diversão fora do trabalho são fundamentais para uma existência em harmonia.

Para cumprir as exigências que fazem parte da carreira, o jogador, em muitas ocasiões, tem que recusar fazer coisas que são do seu agrado, porque estas não são compatíveis com o estilo de vida de um jogador que aspira a excelência.

Na perspectiva de E4: *“Abdiquei de muitas coisas dessas, jantares com os amigos, saídas a noite, concertos, espectáculos, essas coisas que um*

jovem normal, um jovem na sua adolescência vai fazendo normalmente. E eu não fiz. Abdiqueei de tempos livres com os meus colegas, visitas de estudo, viagens de finalistas, essas coisas que a gente leva da nossa vida, que são as grandes recordações da escola, universidade”.

Estas cedências vão criar um grande vazio na vida do praticante, já que as suas lembranças da juventude serão muito curtas em comparação aos seus colegas que desfrutaram cada momento da juventude.

Estas exigências, renúncias e proibições retiram muitos anos de vida ao praticante, ou seja, a exclusividade que o futebol exige ao jogador faz com que este perca várias vivências que qualquer pessoa necessita para um crescimento completo.

Tal facto é evidente nas palavras de E9: *“Conciliar a minha vida profissional com a minha vida pessoal foi muito difícil, com muito sacrifício. Perdi muitos anos da minha vida”.*

Em suma, a vida de futebolista é cheia de sacrifícios e constantes abdiicações de situações motivadoras e positivas para a vida do ser humano, mas que não são compatíveis com as exigências da modalidade.

Além do jogador passar pouco tempo com a família, também passa pouco tempo com os amigos. Isto prejudica o seu rendimento, porque se os praticantes sentem que o desporto está em conflito com o desenvolvimento social fora do desporto, o seu compromisso e motivação pelo desporto decrescem (Patrick, Ryan, Alfred-Liro, Fredericks, Hruda & Eccles, 1999).

A convivência do praticante com os amigos é algo que fica muito condicionado. Porque nos momentos livres, da escola, em vez de passar tempo com os amigos, o jogador tinha o seu tempo preenchido com treinos e jogos.

O E6 indica que: *“No final do ano os meus colegas iam de férias e eu nunca ia de férias com eles. Nunca ia para as viagens de final de ano. Não ia porque tinha treinos, torneios, estágios da selecção”.*

Enquanto que os seus colegas se iam divertir, o praticante tinha que se dedicar à sua carreira. Ao contrário do jogador, os amigos conseguiam desanuviar o stress e ansiedade acumulados ao longo do ano. Ao invés desse

relaxamento (típico das férias), o praticante tinha que se submeter a mais stress e ansiedade gerados pela competição.

Ao contrário do que aconteceu com o nosso entrevistado, as férias devem fazer parte do crescimento do jogador. Porque o tempo livre pode oferecer aos adolescentes uma vida mais relaxada em termos físicos e psíquicos, desta forma eles são capazes de encarar a prática desportiva de uma maneira mais descontraída (Côté et al., 2003; Côté e Fraser-Thomas, 2007).

Como o praticante não pode estar com os amigos é lógico que comece a surgir um certo distanciamento entre eles. Cada um segue o seu caminho, o que faz com que se vá perdendo o contacto. Desta forma, são muito poucos os amigos que o jogador mantém desde os seus tempos de infância.

Esta falta de amizades duradouras é um sinal muito claro da dedicação excessiva que o praticante deve ter para com a sua carreira. Já que não tem disponibilidade para manter uma relação de amizade durante muito tempo. Isto pode causar um sentimento de solidão no jogador. Sentimento este que prejudica a estabilidade mental do próprio.

Outra diversão que fica de fora do horizonte do jogador é sair até altas horas da noite.

Esta limitação afasta ainda mais os amigos do praticante. Porque enquanto estes saem à noite para se divertirem, o jogador tem que ficar em casa.

Segundo o E10: *“Hoje em dia tenho muito poucos colegas de infância, se calhar não tenho nenhum, porque fui perdendo o contacto com eles, por causa da minha actividade profissional, na qual não me podia expor (...) Ao longo da minha carreira privei-me de muita coisa, de sair a noite com os meus colegas (...) Todos os meus colegas foram e o meu pai não me deixou ir, achava que não devia ir, porque a minha vida não permitia que saísse à noite”*.

Neste sentido, o E7 também diz que: *“Chegava ao sábado a noite ou a sexta-feira a noite e os meus amigos saíam normalmente. Isso ficou fora do meu horizonte, porque se queria ser alguém no futebol tinha que o fazer”*.

Este é mais um vazio que se cria nas vivências extra-futebol do praticante. Vazio este que prejudica o desenvolvimento do praticante, porque como refere Lima (1985), para se obter uma posição de mérito no desporto de alto rendimento é necessário tempo para viver fora do desporto.

As actividades desenvolvidas devem também possibilitar um espaço de “diversão” e de convivência social, de forma a facultar um desenvolvimento estável, assim como uma adequada incorporação no seio do grupo (Brito et al. 2004).

As saídas limitadas são resultado da preocupação extrema que o jogador deve ter com o seu descanso nos momentos que antecedem os jogos.

Na perspectiva de o E8: *“Quando havia campeonato a partir de quinta-feira já não saia, isso era impensável”*.

Assim, a intensidade que o jogador deve ter no jogo faz com que este não possa usufruir da diversão nocturna. Algo que os seus amigos (fora do futebol) fazem com frequência.

Em suma, a carreira de futebolista é extremamente disciplinada.

Tal facto é evidente nas palavras de E7: *“Sempre fiz uma vida bastante regrada porque realmente tinha que ser”*.

Este excesso de rigidez inibe o praticante de ter uma vida dita normal (com poucos momentos de diversão extra-futebol).

Um dos factos que diminui a possibilidade do jogador conviver com pessoas fora do mundo do futebol é a falta de coincidência entre os dias livres, já que, durante o campeonato, o jogador não tem fins-de-semana livres.

O E6 menciona que: *“Durante a semana só falavam no fim-de-semana, mas para mim o fim-de-semana não existia, porque tinha treino ao sábado e jogo ao domingo”*.

Assim, quando os amigos vão passear ou simplesmente vão a uma festa o jogador tem que estar concentrado na competição, e quando o jogador tem um dia livre os seus amigos estão a trabalhar.

As preparações para os jogos retiram muito tempo aos jogadores. Quando os estes se têm que concentrar em estágios tudo fica limitado, já que estão num sitio fechado e com o controlo constante do líder da equipa. A

preocupação passa a ser única e exclusivamente centrada na preparação para o(s) jogos(s).

Segundo o E8: *“No que toca a minha ligação entre a vida pessoal e a vida de jogador posso dizer que na altura em que ia a selecção estava mais privado de fazer algumas coisas, porque tinha mais estágios”*).

Estes estágios privam o jogador de passar algumas datas importantes com os seus familiares.

Na perspectiva de E2: *“São estágios, passar natais longe da família, passar aniversários sem a família”*.

Nestes casos as privações têm um grau de dificuldade maior (há uma carga emocional muito grande), e conseqüentemente, um desgaste superior no praticante.

Dada a exclusividade que o futebol requer do jogador, desde muito jovem, este vê-se obrigado a passar os estudos para segundo plano, e em muitos casos dá-se mesmo o abandono escolar.

Tal facto é evidente nas palavras de E9: *“Nem na escola consegui ter uma continuidade”*.

Neste sentido, o E10 também indica que: *“Deixei os estudos aos 15 anos, mal, mas deixei, porque na altura tinha contrato profissional e estava na selecção”*.

O abandono escolar pode ser resultado da especialização precoce. Por isso, para os desportos de especialização tardia, a especialização antes dos 10 anos de idade não é aconselhada, já que isto pode contribuir para o esgotamento precoce, a reforma do treino e da competição e para o abandono escolar (Harsanyi, 1985). Aliás, existem já evidências que apontam que o abandono escolar é um claro padrão da especialização precoce (Côté, Baker & Abernethy, 2003; Côté & Fraser-Thomas, 2007; Hill, 1988; Hill & Hansen, 1988; Wiersma, 2000).

Este é o primeiro passo para o futebolista se apartar da sociedade, porque no momento em que deixa a escola também deixa de ter contacto com pessoas que estão fora do mundo do futebol. É através deste afastamento que o jogador restringe os seus amigos ao grupo do futebol.

O abandono escolar retira a possibilidade do praticante se instruir. Esta falta de instrução diminui a capacidade de resolver os eventuais problemas que surgem com o desenrolar da carreira. Desta forma, o jogador não tem solução para os problemas que lhe possam surgir ou então acaba por ter más soluções para esses problemas.

Outra lacuna provocada por esta rotura com a escola é o reduzido número de saídas profissionais que o jogador pode abranger quando acabar a carreira (resultado da baixa escolaridade).

Infelizmente não é só a escola que sofre com estas imposições desmedidas. Já que o praticante, durante a formação, também se vê privado de participar noutras especialidades desportivas.

Como refere o E9: *“Durante a minha formação foi-me impossível praticar outra modalidade” (E9).*

Esta dedicação absoluta a uma só modalidade priva o jogador de outro tipo de experiências, isto é, não permite que o jogador tenha uma formação rica em variabilidade. Desta forma, o praticante não tem uma preparação abrangente que lhe permita, no futuro, responder a situações diferentes.

Añó (1997), realça que a especialização, para além de não suceder de forma súbita, necessita de cumprir determinados requisitos para que seja produtiva, nomeadamente evitar a especialização desportiva precoce, a qual anula a possibilidade de um desenvolvimento posterior em outros desportos, modalidades ou postos específicos

As sequelas da especialização precoce estão resumidas em limitações que podem acontecer para se chegar ao nível mais alto do desporto (Nadori, 1990; Marques, 1991).

Tendo em conta a exclusividade ao futebol que foi relatada pelos nossos entrevistados, e o facto de não terem referido outra experiência desportiva além do futebol, partimos do princípio que só conseguiram praticar uma modalidade durante a sua formação.

Este facto vai contra aquilo que nos é referido pela literatura, onde Balyi (2001) refere que os desportos de especialização tardia, como o ciclismo, o atletismo, o remo, os desportos de combate, os desportos colectivos e os

desportos de raquetes, solicitam um enfoque generalizado no começo da formação. Nestes desportos, a ênfase da formação deve ser o desenvolvimento dos objectivos gerais, dos fundamentos motores e das habilidades técnico-táticas.

Assim, podemos afirmar que é favorável a participação em mais do que uma modalidade, de modo a permitir uma aprendizagem adequada ao praticante e rica em diferenciação Brito et al. (2004)

Também Matvéiev (1990) reforça esse pressuposto ao mencionar que a especialização desportiva não exclui o desenvolvimento múltiplo do praticante. Segundo este autor, somente através de um desenvolvimento geral das possibilidades funcionais do organismo e do desenvolvimento múltiplo das possibilidades físicas e psicológicas é possível atingir um maior progresso numa determinada modalidade desportiva.

Nesta linha de pensamento, Côté, Baker e Abernethy (2003) explicam que o envolvimento em muitas actividades de jogo/brincadeira deliberada, durante os primeiros anos, dá aos atletas jovens a oportunidade de se aplicarem em actividades intrinsecamente reguladas e que podem, subsequentemente, ajudá-los a tornarem-se mais auto-determinados e comprometidos com a sua participação futura no desporto.

Neste sentido, Kirk (2005) sugeriu que a diversidade do desporto abarca e estimula, desde cedo, uma qualidade de aprendizagem de experiências e percepções de competências, as quais se transformam em motivação para a participação contínua.

Assim, a diversificação em baixas idades ajuda o desenvolvimento da competência física, o prazer e a contínua motivação da participação desportiva (Côté e Fraser-Thomas, 2007; Kirik, 2005).

A participação numa larga gama de desportos também deve ser incentivada. Esta ênfase no desenvolvimento motor irá formar atletas com uma melhor rentabilidade para o desenvolvimento a longo prazo em desportos específicos (Balyi, 2001).

Mesquita (1997) salienta que o desenvolvimento multilateral do praticante no início da sua formação constitui uma condição imprescindível

para a obtenção de elevados níveis de rendimento no futuro.

Côté, Baker e Abernethy (2003) comentam, ainda, um estudo de Knop (1996), demonstrando que, segundo este autor, embora os desportos se tenham tornado mais organizados e institucionalizados nos últimos anos, a primeira experiência no desporto dos atletas de excelência de desportos colectivos, continua a estar relacionada com a importância de brincar e experimentar novos e diferentes meios de executar habilidades, mais do que atingir uma meta.

Bedoya (1995), consolida essa opinião ao alertar-nos para a necessidade de se evitar, em regra geral, uma especialização excessivamente acentuada num só desporto antes dos doze anos.

Aliás, Lima (1981) lembra-nos que nesta etapa ainda não se deve tender para um domínio profundos das técnicas específicas de uma determinada modalidade, visto que o desenvolvimento e o crescimento das crianças e adolescentes poderão alterar as suas opções desportivas.

5.9 Transição de júnior para sénior

Por transição na carreira desportiva compreendemos as fases de desenvolvimento do atleta no desporto, definidas pelo grau de especialização desportiva ou pela idade (Stambulova, 1994).

As transições podem ser positivas, quando existem condições para a adaptação permitindo um rápido desenlace, ou negativas, quando há muito esforço para se adaptar com sucesso às novas exigências ou até mesmo falta de habilidade de adaptação, originando sintomas e configurando uma situação de declínio (Brandão, Akel, Andrade, Guiselini, Martini & Nastás 2000).

Ao contrário do que acontece nos escalões de formação, no escalão sénior não existe um limite mínimo nem máximo de idade para se poder jogar nessa categoria. Assim, qualquer praticante (fazendo referência a idade e não a outras características) pode jogar nos seniores. Isto faz com que o número de praticantes aumente drasticamente, em relação a quantidade que existe em

cada escalão de formação (onde o número é reduzido pela limitação etária).

Este aumento de concorrência repentino (passagem de júnior para sénior) vai diminuir ainda mais as hipóteses do futebolista jovem jogar. Porque, ao contrário da formação, as pessoas que decidem quem fica ou quem sai vão ter um universo de escolha muito grande. E como vimos anteriormente, essas pessoas raramente escolhem/arriscam no jogador que sai da formação, precisamente porque têm muitos outros jogadores para poder escolher.

Segundo o E1: *“Quando se chega ao futebol sénior há um maior leque de escolhas, porque aí já não há uma faixa etária, já não há uma escolha tão cingida à idade (...) Nesta fase em que os jogadores têm 17/18 anos e vão entrar numa panóplia de jogadores com diferentes ideias, diferentes culturas, numa realidade completamente diferente, onde a competitividade aumenta de uma forma brutal (uma diferença abismal, quase colossal), enquanto na formação eram dois ou três a lutar por um lugar ali já são inúmeros”.*

Sendo que o jogador que sai da formação não está habituado a uma concorrência tão forte (em qualidade, e principalmente em quantidade) é de esperar que sinta muitas dificuldades para encarar essa nova realidade, já que durante a sua formação acostumou-se a uma competição, pelo lugar, com menor exigência.

Quanto maior for a qualidade da equipa sénior, menor será a probabilidade do jogador que sai dos juniores ficar no plantel.

Na perspectiva de E4: *“A dúvida de se tivesse conseguido o mesmo percurso num clube com um nível não tão elevado como o Sporting, se na transição de júnior para sénior conseguiria ter ficado no plantel principal”.*

Assim, os praticantes que fazem a sua formação num clube de menor dimensão têm mais hipóteses de ficar nos seniores. A qualidade que há num clube grande acarreta várias complicações para alguém que está a entrar pela primeira vez num meio desconhecido: maior exigência, maior cobrança, maior concorrência, maior pressão, maior responsabilidade e menor margem de erro. Desta forma, a permanência na equipa sénior de um clube grande é uma meta quase inatingível, mesmo para aqueles que se formaram nesse clube.

Como acontece em todos os escalões, o jogador que chega tem sempre menos conhecimento, sobre esse meio, do que aqueles que já lá estão. Sendo que nos seniores este facto tem mais impacto, porque nesta categoria a diferença de tempo na equipa entre um jogador que já lá está e um que acaba de chegar é muito maior que nos restantes escalões (por causa da inexistência do limite máximo de idade).

Assim, esta vantagem, do jogador com mais anos de sénior, diminui o espaço de entrada do ex-júnior.

As pessoas responsáveis pelas decisões na equipa sénior não têm a capacidade para perceber/compreender esta diferença e exigem a um jogador que acabou de sair dos juniores (um adolescente) o mesmo que exigem a um jogador que já tem vários anos nos seniores. Esta atitude está completamente errada, porque não é justo pedir a mesma coisa a um jogador que está a entrar num espaço completamente desconhecido e a um jogador que conhece completamente essa realidade. Mesmo que o jovem praticante tenha tido uma formação cheia de êxitos não se pode pedir que seja igual nos seniores, porque são realidades completamente diferentes.

Tal facto é evidente nas palavras de E1: *“Haver um desfasamento muito grande entre a realidade dos juniores e aqueles que já estão lá no futebol sénior. Quando um júnior passa a sénior encontra quase sempre pela frente um jogador com mais experiência que lhe tapa o lugar (...) Exige-se que jovens que se destacaram na formação sejam mais valias nos seniores. Não há sensibilidade para perceber que é muito difícil para um miúdo com 18 anos competir com um homem de 30 anos, que já tem dez ou quinze anos de experiência no futebol profissional, já sabe como é que as coisas se fazem”*.

Isto é como exigir a um bebé acabado de nascer e a um jovem já desenvolvido que caminhem os dois.

A inexperiência do jogador que sai dos juniores dificulta a superação dos problemas, ou seja, este tipo de jogador está mais vulnerável, do que o jogador que já tem vários anos de sénior, às reacções negativas das barreiras que lhe vão aparecendo. O desconhecimento do meio faz com que o praticante jovem não saiba reagir da melhor maneira aos momentos menos bons.

O praticante que chega pela primeira vez aos seniores tem menos capacidade para lidar com o facto de não jogar. Sendo que acaba por desanimar e dificilmente consegue vencer esse desânimo.

Por todas estas razões que acabámos de abordar, o jogador que chega dos juniores tem muito poucas oportunidades para jogar. Este facto levante uma questão: se o jogador não jogar como vai adquirir experiência? Porque só treinar não é suficiente.

Como expõe o E10: *“Ou temos um treinador que nos ajuda e diz “miúdo eu vou-te ajudar”, falhamos uma vez, falhamos duas, a terceira já não vamos falhar, porque te sentes apoiado, agora se tu falhas uma vez e és posto de lado não tens hipótese nenhuma para recuperar, porque és um miúdo com 18 ou 19 anos e não tens o poder de encaixe de um jogador de 30, 32 ou 33 anos (...) Nessa minha primeira época de sénior não consegui jogar (só fiz um jogo), e depois na minha segunda época continuei no Felgueiras (na primeira divisão) onde também fiz poucos jogos”.*

Neste sentido, o E2 também menciona que: *“Infelizmente apanhei treinadores no início da minha fase sénior que me marcaram bastante pela negativa”.*

Desafortunadamente, existe um cliché que condena de imediato o jogador jovem a não merecer a confiança/aposta das pessoas que decidem. Isto tem um impacto mais negativo nos jogadores que durante a sua formação conseguiram jogar com grande regularidade. Porque o choque é maior, ou seja, passam do oitenta para o oito em questão de meses (o tempo em que acabam os jogos dos juniores e começam os jogos dos seniores).

A solução que os clubes encontram para estes praticantes (ex-juniores) jogarem é o empréstimo.

Segundo o E4: *“Acabava os contratos de júnior, havia 6/7 internacionais e não tinham a possibilidade de ficar no plantel sénior porque a aposta na formação não era clara, subia um jogador de vez em quando, era mais o emprestar”.*

Desta forma, a aposta na formação é reduzida, o que faz com que não se aproveitem os jogadores que foram, durante anos, formados no clube

(perdem-se praticantes que têm conhecimentos dos princípios do clube e que ganharam uma paixão/respeito pelo mesmo).

O pior desta situação é que nem o facto dos jogadores terem tido um percurso cheio de conquistas importantes faz com que os clubes apostem neles. Isto é prova do cliché que há com os jogadores que acabam de subir aos seniores, porque nem adianta o jovem ter demonstrado, durante a sua formação, que tem valor. É desta forma que se perdem grandes valores.

Desafortunadamente, são muitos os casos em que os clubes só emprestam os jogadores para estes não “estorvarem” no plantel, isto é, só por uma questão de colocação. Depois de conseguir que alguém fique com eles nunca mais se preocupam com eles. Assim, dá-se o desaparecimento “misterioso” do jogador. Em que num ano toda a gente o conhece, mas no ano a seguir já ninguém sabe onde está.

Em suma, podemos referir que o trabalho que muitos jogadores têm durante todos os seus anos de formação é desperdiçado. São anos e anos de muito esforço, de muito sacrifício e de muitas abdições para chegar a sénior e ser abandonado.

Na perspectiva de E2: *“No meu último ano de júnior, quando subi a sénior, fui campeão nacional de juniores, fiquei em segundo lugar com os seniores do Porto (era júnior, mas já jogava pelos seniores) e fui campeão da Europa sub-18, nesse ano todos os jogadores que fizeram esta formação comigo e a selecção comigo foram todos emprestados para todo lado, ninguém ficou no Porto, ninguém ficou no Benfica, ninguém ficou no Sporting (...) Saíram dos juniores e eram automaticamente emprestados e andavam a perder-se por aí, como me aconteceu a mim infelizmente (...) É brincar com o futebol e com o trabalho dos juniores que trabalham, trabalham 10 anos para chegar aos seniores e dizerem vai a tua vida”*.

Isto pode ser um exemplo desmotivador para os jovens jogadores. Porque quando confrontados com momentos difíceis vão pensar duas vezes se realmente vale a pena o sacrifício, já que, no futuro, há uma grande hipótese de serem menosprezados.

Em todas as transições de escalões existe uma dificuldade na

integração do jogador, mas a transição de júnior para sénior é onde o jogador mais sente essa dificuldade. Porque vai entrar num mundo completamente diferente do que está habituado. Em relação aos seus novos companheiros seniores, o jogador que acaba de chegar a essa categoria vai denotar uma grande ingenuidade, isto é, não tem conhecimentos/comportamentos característicos, desse novo escalão, que os seus companheiros (que já lá estavam) têm.

Esta ingenuidade do jogador jovem faz com que este esteja em desvantagem (perante aquele que já era sénior) na luta por um lugar. Além disto, a falta de conhecimento dos vícios condiciona as decisões e comportamentos do ex-júnior. Sendo que estes comportamentos desajustados podem marcar negativamente a opinião que os outros têm sobre ele.

É nesta transição que se decide grande parte do futuro do jogador, ou seja, é aquilo que o jogador conseguir fazer (ou não) nesta fase que vai ditar aquilo que ele poderá alcançar nos próximos anos.

Se o ex-júnior conseguir desenvolver uma boa adaptação ao escalão sénior e se conseguir destacar terá grandes possibilidades de atingir a excelência, se, pelo contrário, não se conseguir adaptar ao novo escalão e tiver uma prestação medíocre dificilmente conseguirá chegar a excelência.

Tal facto é evidente nas palavras de E10: *“Depois aquela transição de júnior para sénior era uma transição difícil em que nós saímos dos juniores do Porto sem vícios e vamos para um plantel sénior (...) Tinham valor para ir mais longe, mas nunca o fizeram, porque sentiram dificuldade na transição de júnior para sénior (...) Na transição de júnior no Porto para sénior noutra equipa (neste caso foi no Felgueiras) senti muitas dificuldades e acho que isso é o factor mais importante para um jogador. E os primeiros dois anos de sénior são fundamentais, porque ou nós damos o chamado salto ou então vamos ficar por aí”*.

Assim, podemos destacar esta fase como o momento chave da afirmação ou do desaparecimento do jogador (dependendo daquilo que ele conseguir fazer).

Existe uma manifesta selectividade no ingresso à etapa final da carreira do jogador. São poucos os que mostram aptidões que lhes permitem entrar no alto rendimento Vieira et al. (1999).

Monteiro (1997) acrescenta que a esta etapa deverão ascender, fundamentalmente, os praticantes eleitos através de exigentes processos de selecção, a quem vai ser solicitado o maior rendimento.

Como referimos anteriormente, esta é a transição mais complicada para um jogador de futebol. Por este motivo o jogador precisa um acompanhamento especial, como forma de conseguir ultrapassar as barreiras que só esta mudança coloca.

Como relata o E2: *“Acho que devia haver um acompanhamento muito maior nesta transição de júnior para sénior, do que propriamente dos 10 aos 17, ou então é tão importante esse acompanhamento dos 10 aos 17 como dos 17 aos 21”*.

Esta mudança na carreira do jogador tem exigências que ele não consegue resolver sozinho. Se as pessoas que rodeiam o jogador, nesta transição, não tiverem o cuidado de o acompanhar/orientar da forma que ele necessita, a possibilidade de fracasso é grande.

Para Stambulova (1994), quando os atletas não conseguem lidar com a transição, com novos obstáculos e problemas, abandonam o desporto prematuramente. Consequentemente, este é um dos períodos em que o atleta pode necessitar de assistência psicológica.

Segundo o E5: *“A transição de júnior para sénior é um momento crucial na carreira de um atleta. Se durante esta transição não houver um acompanhamento muito forte da parte do clube e de toda a estrutura do clube, quer na aposta, quer no tipo de treino seja específico, seja dentro da própria equipa, dificilmente se consegue atingir a excelência”*.

Em suma, quanto menor for o acompanhamento prestado ao jogador, mais este estará exposto as dificuldades desta nova fase da sua carreira.

O praticante não é informado, previamente, sobre aquilo que vai encontrar no escalão sénior. E principalmente não lhe é dito que tudo aquilo que teve durante a formação é diferente do que vai ter nos seniores.

No fundo, o jogador não é alertado sobre as diferenças que há entre esses dois momentos (formação e seniores). Desta forma, o jovem não está preparado, e facilmente é surpreendido por tudo aquilo que pode encontrar no novo escalão. Principalmente os jogadores dos clubes grandes que estão habituados a ter de tudo do bom e do melhor, mas depois quando chegam a seniores e têm que ir para clubes com menos recurso (onde não há tantas mordomias) o choque é grande. Esta situação pode ter duas consequências negativas, a primeira é o desânimo do jogador por não estar num clube com melhores qualidades (quem se habitua ao melhor depois só que o melhor). A segunda é o mal-estar que o praticante mal habituado pode criar no novo clube (com menos capacidade), ou seja, as pessoas desse clube podem não gostar da maneira de ser desse jogador (sua exigência e seus caprichos).

O jogador que é demasiadamente protegido durante a formação corre o risco de não conseguir ultrapassar, sozinho, os momentos menos bons que surgem no escalão sénior, porque não foram devidamente preparados para isso (foram habituados a ter só momentos bons). Desta forma, o jogador que sai dos juniores não está prevenido para conviver com os maus dias, e como não é capaz, facilmente desanima e começa a duvidar do seu próprio valor.

Na perspectiva de E1: *“A parte pedagógica de que falamos a pouco no sentido de dar um melhor acompanhamento pedagógico aos jogadores, melhor conhecimento sobre a realidade, melhor conhecimento do que vai encontrar ao longo da sua carreira, principalmente na fase de transição de júnior para sénior, porque passam a ser iguais aos outros (...) Para quem tinha quase as costas protegidas, quer queiramos quer não, os jogadores que vão a selecção no clube têm as costas protegidas, passam a ser indefesos. Surge a própria descrença, “já não consigo”, porque não foram devidamente alertados para os perigos que iriam correr”.*

Com isto, podemos concluir que grande parte dos clubes pensa que o jogador quando deixa de ser júnior está imediatamente pronto para encarar uma nova realidade num escalão tão competitivo e cheio de barreiras como é a categoria de seniores. Durante a formação há toda uma preocupação em proteger o praticante mas quando este chega a sénior é largado à sua sorte.

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“É muito bonito ser acompanhado até aos 16/17 anos e depois o clube dizer-te assim “agora vai a tua vida e orienta-te”.*

Assim, o jogador fica completamente desprotegido, na altura em que mais precisa de apoio.

A maioria dos clubes não se preocupa em proteger o praticante das consequências negativas do aumento drástico da pressão.

Desta forma, o jogador que chega aos seniores (com o normal desconhecimento de alguém que entra numa nova realidade) só pode contar consigo próprio, ou seja, não tem ninguém para o proteger.

Por muito bom que seja o desempenho do jogador na formação ou por muitos títulos que consiga nessa fase, se não for devidamente acompanhado na transição de júnior para sénior dificilmente irá conseguir atingir a excelência.

O E1 diz que: *“É quase como se estivesses abandonado a tua sorte, vai e faz o teu percurso sénior como tu quiseres. Não há um acompanhamento formativo, digamos assim, para tirar pressão aos jovens (...) Há jogadores que não atingem a excelência no escalão sénior porque são dados ao abandono. Jogavam muito bem nos juniores, mas chegaram aos seniores completamente indefesos, protegidos, mas indefesos. Tiraram-lhes a cápsula e vai, faz aquilo que podes”.*

5.10 Sorte

Ao longo da sua carreira, o jogador de futebol tem que fazer muitas escolhas, umas mais acertadas do que outras. O pior disto é que essas más escolhas contribuem para o fracasso do jogador

Alguns jogadores (principalmente aqueles que se destacam mais) vão tendo, com o decorrer do tempo, várias propostas para mudar para um clube melhor. Mas nos momentos de tomar esse tipo de decisões, o jogador não tem sorte naquilo que decide. Porque em vez de decidir mudar para um clube melhor, onde terá oportunidade para melhorar a sua carreira, ele prefere ficar

no mesmo clube.

Segundo o E8: *“Depois também tive uma ou duas oportunidades para ir para um clube melhor, mas acabaram por não suceder, por uma razão ou outra. Talvez foi nessa decisão que faltou a sorte, se tivesse ido já tinha sorte, como não fui não tive sorte”*.

Para ser descoberto o jogador tem que ter a sorte de estar lugar certo e no momento certo. Só desta maneira se consegue conciliar um bom jogo com a observação da pessoa certa. Porque um jogador pode fazer inúmeros jogos de qualidade, mas se nesses jogos não estiver a pessoa certa para observar o jogador, este não conseguirá melhorar a sua carreira. Esta situação também pode ser colocada ao contrário, um observador pode ir ver inúmeros jogos de um praticante, mas se esse praticante não conseguir fazer um bom jogo na presença do observador (sendo que o pode fazer antes ou depois do observador o ver) também não conseguirá melhorar a sua carreira.

Na perspectiva de E5: *“A sorte, a visibilidade no tal jogo”*.

Neste sentido, o E2 também indica que: *“É como em tudo na vida, em todas as profissões, há que ter aquela pontinha de sorte também, o momento certo, a altura certa”*.

Além de se conjugarem estes dois factores, também é importante que o jogador tenha a sorte de que esse observador aposte nele. Porque de nada serve ser visto, num bom jogo, por um observador se este não decidir apostar do praticante.

Tal facto é evidente nas palavras de E1: *“Eu posso ter muitas qualidades, mas tinha que ter sorte naquele momento, naquela determinada altura alguém ter olhado para mim e ter dito és tu quem eu escolho”*.

Neste sentido, o E8 também diz que: *“Quando falo em sorte refiro-me ao facto de num jogo qualquer estar na hora certa, na altura certa alguém que estivesse a ver o jogo e que gostasse, que apostasse”*.

Assim, qualidade só não chega. A sorte pode alterar o rumo de dois jogadores com a mesma qualidade. Por um lado, o jogador que tiver a sorte de ser observado no jogo certo tem grande probabilidade de melhorar a sua

carreira. Por outro lado, o jogador que não tiver essa sorte dificilmente o conseguirá.

Como conta o E4: *“Se calhar não tive a sorte que outros jogadores tiveram, ou seja, no jogo x ou y fazer um grande jogo e estarem as pessoas certas a ver o jogo”*.

Não basta ter o observador certo a ver o jogo. É fundamental que o praticante tenha a sorte de se destacar nesse jogo. Porque fazer um mau jogo quando a pessoa certa está a observar faz com que essa pessoa perca o interesse e não aposte em nós.

Segundo o E1: *“Joguei com muitos jogadores que têm tanta ou mais qualidade do que eu, mas se calhar naquele dia em que o seleccionador foi ver um jogo para fazer uma convocatória não lhes corria bem o jogo e a mim correu”*.

Esta falta de sorte ao ser observado num mau jogo pode fazer com que jogadores com muita qualidade vejam colegas ou simples conhecidos com menos qualidade, do que eles, a chegarem ao topo, enquanto eles não conseguem sair da mediocridade.

Além da sorte na altura certa para ser descoberto, o jogador também precisa de sorte para ter o treinador certo na altura certa. De nada vale ser descoberto se depois o jogador não tem a sorte do treinador apostar nele.

Na perspectiva de E5: *“Se calhar não apanhei o treinador certo, no momento certo”*.

O praticante tem que ter a sorte de que o treinador se enquadre com o seu momento, isto é, se enquadre com aquilo que ele precisa num determinado momento para atingir a excelência.

Há situações em que o praticante tem qualidade para jogar, mas por falta de sorte não é escolhido pelo treinador.

Tal facto é evidente nas palavras de E1: *“Não acho que seja difícil. Acho sim que se calhar há aqueles jogadores que poderiam ter um bocadinho mais de sorte nas escolhas do treinador”*.

Às vezes há jogadores que têm tudo para se afirmar numa equipa, mas só porque o treinador não gosta deles ou porque embirra com eles, não se conseguem afirmar.

Para ser escolhido pelo treinador, o jogador tem que ter a sorte das suas características se encaixarem naquilo que o treinador pretende para a equipa.

Como expõe o E5: *“Eu penso que é uma pessoa ter a sorte de encontrar a pessoa certa que veja qualidades onde elas existem, que nossas características encaixem no modelo de jogo desse treinador”*.

Em algumas situações há jogadores com muitas potencialidades para chegar ao topo, mas por não terem as características que o treinador deseja ou por terem as características que o treinador não quer não fazem parte das escolhas.

Também é muito importante ter a sorte de não sofrer uma lesão. Há jogadores que sofrem entradas violentíssimas dos adversários e não ficam lesionados, e depois há aqueles com menos sorte que com uma simples entrada de um adversário ficam logo lesionados.

Segundo o E1: *“Se tivesse tido a sorte de não me lesionar poderia ter tido outro percurso. Se não tivesse acontecido aquilo se calhar poderia ter atingido um patamar de excelência”*.

A falta de sorte ao contrair uma lesão pode alterar por completo o percurso do praticante.

5.11 Lesão

As lesões (principalmente as mais graves) têm um peso muito grande no declínio da carreira do jogador.

Este tipo de impedimento físico acaba por ter uma origem algo ingrata, já que na maioria das vezes o ser humano não tem controlo sobre ele. A não ser que este seja provocado pelos colegas de profissão (numa entrada mais viril) ou pelo mau trabalho dos treinadores.

Grande parte dos nossos entrevistados foi “vítima” de vários tipos de

lesão grave.

Na perspectiva de E3: *“As lesões foram o factor dominante (...) Bastantes. Hérnia discal aos vinte anos, duas roturas de ligamentos, várias lesões musculares devido a paragens prolongadas”*.

Como já foi referido anteriormente, o período de formação é essencial para o futuro do jogador. Porque o que acontecer nesta fase (seja positivo ou negativo) irá reflectir-se no rendimento do praticante no escalão sénior. Por isso, se o jogador começar desde muito cedo a contrair lesões corre o risco de ficar limitado prematuramente. Isto é, quanto mais cedo o jogador sofrer uma lesão mais cedo irá sofrer as suas consequências. Assim, a lesão prematura faz com que o jogador não alicerce as suas bases da maneira adequada (a lesão leva-o a perder parte da preparação).

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“Se pudesse pedir, não é pedir, era para não me ter magoado aos 16 anos”*.

Existe uma diferença entre a medicina geral e a medicina desportiva. Enquanto a medicina geral tem a preocupação de tratar o doente com o intuito deste ficar apto para enfrentar as exigências do dia a dia (vida comum), a medicina desportiva só tem a preocupação de preparar o atleta com o intuito deste ficar apto para enfrentar as exigências da prática desportiva (sem ter em consideração o impacto que esse tratamento possa ter na vida extra-desportiva do praticante). No fundo, podemos referir que o médico geral se preocupa com o presente e o futuro do paciente e o médico desportivo se preocupa só com o presente do atleta (que este seja capaz de render no imediato).

O E6 refere que: *“Na medicina desportiva fazem “milagres”. Que eu não concordo plenamente, vamos ser um bocado justos. Porque no futebol a recuperação tem que ser rápida. Na medicina tradicional tem que se ficar bom, tem que se ficar bem para o resto da vida. Há uma preocupação para atingirmos um final de vida com mais qualidade.”*

O gosto pela prática, a necessidade de se mostrar, o medo da concorrência, as obrigações extra-futebol levam o jogador a recorrer a qualquer tipo de tratamento para poder jogar. Um desses tratamentos são os

medicamentos ditos “milagrosos” que ajudam a esconder a dor, mas podem piorar a lesão ou, inclusive, fomentar futuras lesões.

Com esta terapia o jogador é pura e simplesmente enganado, porque durante o jogo está tudo bem (não há dores), mas quando o jogo acaba as dores voltam.

Quando estes medicamentos não resultam o médico desportivo vê-se obrigado a utilizar outro tipo de tratamento extremo (e.g. injeções).

Segundo o E7: *“Um Voltaren que eu tomava todos os dias para me tirar as dores, aquilo não me estava a tratar, estava-me a enganar a dor (...) Andei quase um ano e meio a tomar injectáveis para treinar e para jogar”*.

Infelizmente, a procura da vitória imediata faz com que se esqueça a precaução especial que se deve ter no tratamento das lesões das crianças.

Na perspectiva de E6: *“Tive lesões que eram curadas muito rapidamente. Quando era mais novo tinha muitas entorses nos pés e cheguei a ser injectado para jogar, mesmo em criança”*.

Desta forma, a saúde e o futuro desportivo do jogador são, desde muito cedo, prejudicados. Porque com estas terapias o praticante não fica completamente recuperado, mas sim com constantes limitações físicas.

Este facto de jogar a qualquer custo, sem olhar a meios, deixa marcas na carreira do jogador. É nesta situação que os valores educativos do desporto e os seus presumíveis resultados positivos sobre a saúde se vêm comprometidos por interesses eminentemente competitivos (Andújar & Soto, 2000).

Um dos entraves imediatos que a lesão provoca na carreira do jogador é o tempo que este fica sem treinar e jogar. Por vezes este tempo de paragem é muito longo (dependendo do tipo de lesão), porque o jogador não só tem de tratar a lesão como também tem que recuperar os índices físicos que lhe permitam voltar a competição.

Tal facto é evidente nas palavras de E2: *“Estamos a falar praticamente de quatro épocas “perdidas” para recuperar, trabalhar no duro para recuperar”*.

Durante este período de recuperação o jogador fica impedido de competir durante vários jogos (podendo mesmo perder alguma fase mais

importante do campeonato), o que o impossibilita de dar o seu contributo à equipa.

Como conta o E10: *“Estive quatro meses para recuperar, e aquilo que me influenciou em termos negativos foi perder o início de campeonato, foi perder alguns jogos”*.

Ao não poder participar nos jogos, o praticante perde a oportunidade de ser visto, perde ritmo de jogo, deixa de evoluir e as suas capacidades podem estagnar ou até mesmo regredir. Assim, todos estes danos de uma longa paragem afectam não só o presente do praticante, mas também o seu futuro.

Segundo o E3: *“Estas lesões foram talvez o principal motivo que não me deixou ir mais longe. Depois de vários meses (24) de paragem é muito difícil voltar a ter um rendimento elevado, pois os níveis físicos mais elevados são muito difíceis de atingir”*.

Deste modo, uma das grandes dificuldades para o jogador que sofreu uma lesão é voltar a ter o rendimento que tinha antes da lesão. Porque depois de uma lesão há sempre uma quebra de rendimento, quer pelos danos físicos, quer pelo tempo que o praticante fica sem treinar e sem jogar.

Como, geralmente, são escolhidos para jogar aqueles que estão em melhor forma, o jogador que se lesiona corre o risco de ficar sem o lugar na equipa (o qual lhe vai ser muito difícil retomar).

Este impedimento dificulta ainda mais a recuperação, porque como sabemos a competição é fundamental para o rendimento do praticante.

É fundamental que o jogador não sofra uma lesão quando está num momento ascendente da sua carreira. Porque essa lesão faz com que o praticante perca toda a evolução que tinha tido até esse momento.

Na perspectiva de E7: *“Sem dúvida que lesões graves afectam sempre o nosso rendimento. É das coisas mais frustrantes para um jogador de futebol, porque para adquirires a tua forma máxima, para te sentires bem é preciso muito tempo e para a perderes é um instante (...) A lesão é das coisas mais tristes, é tu querereres e não poderes. Há tanta concorrência que se não estás bem, não consegues fazer um ano ou dois de bom nível porque tens uma lesão vai tudo por agua abaixo (...) É muito importante não ter lesões, principalmente*

nas alturas em que estamos em boa forma, estamos a aparecer e estamos a dar nas vistas. Porque se vem uma lesão realmente vai tudo por agua abaixo”.

As lesões nestes bons momentos são críticas porque todo o trabalho que se tem para melhorar a performance é posto em causa em questões de segundos. E também porque estes momentos são muito difíceis de conseguir.

A lesão não só quebra o rendimento como também diminui as capacidades físicas do jogador. Por isso os primeiros treinos após a lesão são fundamentais para a reintegração do praticante na equipa. Nestes treinos deve-se ter em atenção a exigência a que o praticante é submetido. Porque se essa exigência for elevada o jogador pode voltar a contrair uma lesão (fruto da debilidade causada pela longa paragem).

Tal facto é evidente nas palavras de E3: *“Depois de uma paragem prolongada temos a noção que o rendimento já não é o mesmo. Mais concretamente ao nível da velocidade de reacção e também na recuperação do esforço que é mais demorada, o que por vezes leva a lesões musculares devido ao cansaço”.*

Desta forma, quando o jogador volta aos treinos é importante que se tenha paciência e que não se exijam grandes intensidades, já que o jogador está a voltar de uma recuperação.

Se as lesões não forem bem tratadas (principalmente as mais graves) o praticante pode ficar com sequelas.

O E5 indica que: *“nas lesões, além do tempo de paragem, se forem lesões graves, podemos não recuperar, podem ficar sequelas, quer físicas, quer psicológicas e isso influencia a carreira do atleta”.*

Podemos concluir que as lesões não só influenciam negativamente o presente do jogador, como também o seu futuro. Por isso a importância de um bom tratamento, uma boa recuperação das capacidades que ficaram afectadas e paciência nos primeiros treinos.

Depois da lesão também surge a descrença, onde o jogador tem que conviver com a dúvida de saber se consegue atingir o mesmo rendimento que tinha antes de se lesionar. Esta dúvida diminui os níveis de confiança.

Segundo o E4: *“Todo o jogador tem essas fases menos boas de quando as coisas não estão a sair bem, principalmente após as lesões. Temos sempre essa ideia de que não vamos conseguir lá chegar outra vez”*.

Assim, nesta fase, o praticante está mais susceptível ao desânimo causado pelos eventuais erros que cometa no jogo (falhar um golo, falhar uma marcação, falhar vários passes).

A incerteza também deixa uma marca negativa no praticante que se irá arrastar até que este consiga provar que voltou a ser o jogador que era antes da paragem. Esta situação acarreta uma pressão extra para o jogador, porque não só tem que demonstrar que está recuperado da lesão, como também tem que demonstrar que recuperou os níveis competitivos que tinha anteriormente.

Na perspectiva de E1: *“Quando temos uma lesão fica a dúvida se iremos ter as mesmas capacidades para desempenhar aquele papel que vínhamos desempenhando”*.

Em muitos casos essa pressão extra é originada pela ignorância da pessoa, ou seja, o desconhecimento sobre esta matéria faz com que as pessoas menos preparadas, que fazem parte do meio do futebol, pensem que os jogadores lesionados não conseguem voltar a ter um bom rendimento. Esta mentalidade pode fechar várias portas aos praticantes.

Tal facto é evidente nas palavras de E4: *“A nível de visibilidade para quem não percebe nada disto (quem não percebe nada de lesões, futebol) fico sempre marcado pelas lesões que tive”*.

Assim, a lesão pode-se tornar uma limitação constante. Por muito que o jogador se esforce para demonstrar que realmente é merecedor de uma oportunidade, o facto de ter estado lesionado vai condicionar sempre a decisão das pessoas que têm o futuro do praticante nas suas mãos.

Como diz o E3: *“muitas vezes aos olhos dos outros parece que estás sempre limitado”*.

Desta forma, o jogador que esteve parado durante muito tempo por causa de uma lesão tem menos hipóteses de ser contratado.

Segundo o E4: *“Há treinadores e dirigentes que têm receio de contratar um jogador pós-operado, com uma fase de recuperação muito longa, têm*

dúvidas da sua capacidade física”.

A lesão é algo tão repentino e prejudicial que pode inviabilizar uma eventual transferência, que já estivesse bem encaminhada, para um clube de maior dimensão. Principalmente se os responsáveis desse clube são dos que pensam que o jogador lesionado não consegue recuperar a 100%.

Na perspectiva de E1: *“(...)uma altura em que se calhar tinha a possibilidade de assinar por um clube melhor deixei de a ter e melhorar a nível desportivo e melhorar a nível financeiro”.*

Assim, o praticante pode perder a única possibilidade de melhorar a sua carreira.

Com todos estes entraves causados pela lesão, o praticante pode desanimar e até perder a vontade de seguir trabalhando diariamente com o mesmo afinho.

Tal facto é evidente nas palavras de E6: *“Esta lesão deixou-me sem força, sem vontade”.*

Esta desmotivação surge quando o praticante chega a conclusão que não vale a pena seguir lutando por um lugar, porque a lesão que teve marcou-o para sempre, ou seja, por muito que se esforce dificilmente irá conseguir desvincular-se do “fardo” pesado da lesão.

Com o passar do tempo o jogador vai ficando desgastado mentalmente com toda esta situação. O jogador até pode estar fisicamente bem, mas em termos psicológicos está completamente esgotado.

Como expõe o E7: *“Se calhar cheguei aos trinta anos e não aguentava mais, porque isso me deu cabo da cabeça, já não tinha andamento para andar aqui”.*

Este desgaste contribui para a decadência precoce da carreira do jogador. Isto é, fica saturado com maior facilidade, porque já não tem mais paciência para lidar com as exigências e cobranças que lhe são feitas dia a dia.

Em casos extremos, este desgaste emocional leva o jogador a abandonar a prática.

Segundo o E2: *“Tudo isto começa a desgastar bastante, e influenciou-me também em termos de desgaste. Desgastou-me muito em termos*

psicológicos. E como te disse foi um dos factores que me levou também a abandonar”.

Esse desgaste pode ser tão devastador ao ponto do jogador não querer ouvir falar mais de futebol.

5.12 Meios de comunicação

Em relação aos dias de hoje, a cobertura que os meios de comunicação faziam, antigamente, do futebol era muito reduzida. Isto prejudicava a visibilidade do jogador, ou seja, era muito difícil o jogador ser visto por eventuais interessados na sua contratação, ser falado, ser famoso, etc. Quanto menos o jogador aparecer nos meios de comunicação menos vai ser reconhecido, e, conseqüentemente, menos são as suas hipóteses de aguçar o interesse dos grandes clubes.

Desta forma, o jogador de antigamente tinha que trabalhar muito mais para conseguir chegar a um clube grande. Como não tinha a ajuda dos meios de comunicação para o divulgar, tinha que fazer um grande esforço para se destacar e chamar a atenção.

Na perspectiva de E8: *“É muito mais fácil, porque todos os dias há jornais, todos os dias há jogos na televisão, e as pessoas estão atentas a televisão, quem está ligado ao futebol vê jogos, vê jornais. Na minha altura não, havia poucos jornais, os jogos na televisão só davam uma vez ou outra, era bastante difícil conseguir chegar a um grande (...) Não havia tanto mediatismo, tantos jornais, tanta televisão, e a ideia que tenho é essa. Antigamente para se chegar a um clube grande tinha que se fazer um ano muito regular, mas um regular por cima, não era um regular normal”.*

É do conhecimento geral que muitas das notícias que aparecem nos jornais ou na televisão servem para melhorar a situação do jogador no seu clube actual ou para o transferir para um clube melhor. Assim sendo, podemos concluir que o jogador de antigamente, ao não dispor desta “ajuda”, tinha muita dificuldade para ascender.

Contrariamente ao que acontecia no passado, hoje em dia há jogadores (principalmente os dos grandes clubes) que usufruem de um grande mediatismo. Estes jogadores são reconhecidos por todos e em todos lados. Isto faz com que os jogadores se habituem a chamar a atenção constantemente. Isto é um mau habito, porque no momento em que percam todo esse mediatismo o choque vai ser muito grande, ou seja, quanto maior for o mediatismo do praticante, maior será o impacto negativo da perda desse mediatismo.

Tal facto é evidente nas palavras de E1: *“Os jogadores do Porto, Sporting, Benfica e Boavista não são iguais aos outros, são diferentes, com 18 anos são diferentes, vão a selecção, aparecem na televisão, são reconhecidos na rua, mas no ano seguinte já não são reconhecidos por ninguém”*.

Esta perda repentina do mediatismo pode ter um impacto negativo muito forte na confiança do jogador. Porque o jogador pode associar a perda de mediatismo a perda de capacidades, isto é, o jogador pode pensar que deixou de ter valor e que passou a ser um jogador medíocre (fica frustrado). Desta forma, surge a descrença no jogador.

Como menciona o E4: *“Estavas habituado a um ritmo de visibilidade diferente. Depois ver-te negado a isso, é uma frustração enorme. Na altura senti-me um bocadinho frustrado por não conseguir continuar a minha caminhada”*.

Os meios de comunicação têm o poder para projectar positivamente um praticante, mas também têm o poder para destruir a sua carreira.

Segundo o E5: *“Foi o Mundial de sub-20 na Austrália, onde fomos eliminados logo na primeira fase e os atletas ficaram marcados negativamente por toda a imprensa”*.

Assim, depois de uma má prestação, o jogador está sujeito as críticas dos meios de comunicação. Estas críticas podem destruir imediatamente tudo aquilo que um jogador levou anos a construir, e podem, também, marcar negativamente o seu futuro. Sendo que essa má prestação, que o jogador teve num jogo ou numa prova, pode ser lembrada sempre que o seu nome surgir nos meios de comunicação. Isto prejudica muito a ascensão do praticante, já

que nenhum clube quer um jogador que seja mal falado pela imprensa.

5.13 Árbitro

Quando os árbitros erram de uma forma constante e penalizando sempre o mesmo jogador, este fica com uma imagem negativa para o resto da carreira.

Ao ser expulso várias vezes e em jogos seguidos (por erros do mesmo árbitro), o jogador fica marcado negativamente para os próximos jogos (a probabilidade de ser expulso é maior, porque já tem o “cadastro sujo”), em eventuais transferências para clubes melhores (ninguém quer contratar um jogador que tenha a fama de ser expulso com grande frequência) e na sua imagem como pessoa (fica “rotulado” como violento e indisciplinado).

Tal facto é evidente nas palavras de E6: *“Um árbitro que me marcou negativamente. Nas 5/6 vezes que me arbitrou, num período crucial da minha carreira, expulsou-me em todos os jogos (...) De certa forma se aproveitaram de um momento menos bom. Eu lembro-me da minha carreira como internacional em que fomos ao Mundial do Qatar e nesse torneio fui expulso aos três minutos do primeiro jogo”*.

6. CONCLUSÕES

6. Conclusões

Ao culminar este trabalho, torna-se pertinente mencionar os aspectos que nele sobressaem. Deste modo, serão apresentadas as conclusões que dimanam da análise do discurso dos atletas por nós entrevistados.

Jogador:

- Para alguns dos nossos entrevistados as qualidades individuais são insuficientes para atingir a excelência.
- A fragilidade mental do jogador impõe vários entraves mentais que não deixam o jogador evoluir. Esta fragilidade mental faz, também, com que o jogador tenha grandes dificuldades para ultrapassar os seus problemas.
- Outro factor que prejudica o desenvolvimento pode ser a estagnação da evolução do jogador, isto é, um jogador que se destaca durante a sua formação pode chegar aos seniores e deixar de se destacar. A formação de um jogador é um processo de longo prazo, o que dificulta a previsão do seu futuro.

Família:

- A falta de apoio familiar prejudica a estabilidade emocional do jogador, principalmente nos momentos maus, já que são estes os instantes em que o jogador mais precisa de ser apoiado pelas pessoas que lhe são próximas.
- Quando o praticante não atinge os resultados esperados surge uma descrença familiar (a qual gera uma grande pressão sobre o jogador).

Pares:

- A qualidade exigida pelas equipas e o grande número de praticantes a quererem chegar ao topo fomenta a concorrência desmedida entre jogadores.
- A competição excessiva não é só entre os jogadores da mesma equipa, existindo também uma grande agressividade por parte dos adversários.

Clube:

- Geralmente, quanto melhor for a equipa maior será o grau de exigência, o que pode provocar no praticante um grande desgaste.

- Em muitas das decisões que os clubes têm parece que o valor do praticante não tem muito significado, principalmente quando se estipula uma idade como referência nas escolhas do clube.
- A entrada dos jogadores nos clubes também é limitada pela preferência no jogador estrangeiro. As equipas nacionais apostam pouco nos jogadores portugueses, mesmo que a qualidade do estrangeiro seja questionável.
- Além do mau acompanhamento, existem também as decisões erradas do clube na escolha das bases de formação do jogador. Estas decisões erradas são geradas pela vontade exacerbada do clube em atingir resultados imediatos.
- Outro erro grave e muito comum é a intenção do clube promover rapidamente o jogador. Isto acontece quando as pessoas que gerem uma equipa procuram formar o jogador à pressa.
- A falta de qualidade da equipa também pode pesar no crescimento do praticante. Para um jogador de uma equipa de dimensão reduzida é mais difícil chegar a excelência.
- Às vezes os interesses económicos do clube são colocados à frente do jogador. As pessoas que gerem o clube podem colocar ou retirar um jogador da equipa (conforme a conveniência da instituição).

Treinador:

- Muitos jogadores não têm oportunidades para jogar porque não aparece alguém que aposte neles. Grande parte dos treinadores tem medo de arriscar em jogadores jovens.
- Há ainda um défice de formação de treinadores muito significativo, principalmente na área da psicologia. A falta de formação faz com que os conhecimentos dos treinadores sejam incompletos.
- Uma característica comum nos treinadores com falta de formação é o excesso de rigidez, o que faz com que o treinador se transforme num líder negativo.

- Hoje em dia podemos constatar, através da pressão do treinador no jogador jovem, que cada vez mais cedo o praticante é submetido a uma tensão muito grande para conseguir a vitória imediata.

Dirigente:

- A falta de formação estende-se, ainda em maior grau, aos dirigentes. Isto acontece porque não há formação específica para ser dirigente de futebol. Grande parte dos dirigentes não é profissional (têm outras ocupações laborais), o que diminui o tempo que têm disponível para resolver as questões de que estão incumbidos.

- Outra lacuna neste meio é a falta de conhecimento do dirigente sobre a realidade no futebol. (muitos deles nem praticaram desporto). Este desconhecimento faz com que o dirigente possa ser menos sensível às necessidades do jogador.

Empresário:

- Num meio como o do futebol, onde o acompanhamento é fundamental, a falta de empresário acaba por ser uma lacuna que prejudica a projecção do jogador.

- O jogador também pode ser prejudicado pelo mau acompanhamento do empresário (incompetência), principalmente nos momentos em que precisa de sair de uma situação menos favorável.

Exigências da carreira de jogador:

- As imposições que o jogador jovem tem que cumprir fazem com que este tenha cada vez menos contacto com os pais.

- O querer atingir a excelência leva o praticante a abdicar da juventude. O futebolista vê-se privado de muitas coisas já que deve ter um comportamento muito controlado.

- O abandono escolar é muito comum entre os jogadores de futebol. Isto porque a atenção que o praticante emprega no futebol pode gerar um afastamento da escola.

- Essa aplicação do jogador no futebol, também, pode levar a impossibilidade de praticar outra modalidade durante a formação, isto é, o praticante tem que se focalizar numa só modalidade.

Transição de júnior para sénior:

- O aumento da concorrência entre jogadores na transição de júnior para sénior é um acontecimento inevitável. Isto porque nos seniores não existe uma limitação etária, o que faz aumentar o número de opções para o treinador.

- A qualidade elevada da equipa na transição de júnior para sénior dificulta a entrada de um jogador jovem num clube grande.

- A falta de experiência do jogador na transição de júnior para sénior também é um entrave muito grande na sua afirmação neste novo escalão. O praticante jovem vai estar sempre em desvantagem porque tem menos experiência.

- Esta transição de júnior para sénior é um momento decisivo na afirmação do jogador. Se o jogador não se consegue afirmar nesta fase de transição muito dificilmente irá conseguir atingir a excelência.

- O facto do jogador não se conseguir adaptar a uma nova realidade advém da falta de acompanhamento na transição de júnior para sénior. Nesta fase tão delicada é de extrema importância uma orientação adequada.

Sorte:

- A falta de sorte em decisões pessoais é uma das causas para o jogador não atingir o topo. Principalmente quando este prefere ficar na sua equipa, em vez de ir para um clube melhor.

- Quando um praticante termina a sua carreira sem nunca ter sido detectado por algum responsável do meio futebolístico podemos dizer que teve falta de sorte ao não ser descoberto.

- Para ser escolhido, o jogador tem que ter a sorte do treinador gostar das suas características, e conseqüentemente encaixar nas suas ideias de jogo.

- Além de não jogar por opção do treinador, o praticante também pode ficar sem competir por alguma limitação física. Isto pode ser considerado como falta de sorte ao contrair uma lesão.

✚ Lesão:

- Foram vários tipos de lesão grave que prejudicaram o desenvolvimento dos nossos entrevistados.
- Devido a grande exigência que existe no futebol, o jogador tem que recuperar o mais rapidamente possível (estar apto para jogar), isto faz com que seja alvo de tratamentos indevidos.
- Uma das consequências da lesão grave é o impedimento de treinar e competir durante muito tempo. Esta paragem prolongada pode impossibilitar o jogador de dar o seu contributo durante vários jogos.

✚ Meios de comunicação:

- Antigamente, os jogadores eram pouco divulgados porque havia falta de visibilidade nos meios de comunicação. Com esta falta de divulgação nos meios de comunicação o mediatismo do jogador era reduzido.
- Uma má prestação desportiva dá origem às críticas dos meios de comunicação. Este tipo de projecção cria uma imagem negativa do praticante.

✚ Árbitro:

- Os erros de arbitragem deixam uma imagem negativa do jogador (indisciplinado e violento). Esta marca negativa pode influenciar as decisões dos árbitros dos jogos em que o praticante participe, e assim os seus comportamentos, em jogo, estarão sempre condicionados pelo medo de ser expulso. O rótulo de jogador violento também pode inviabilizar uma eventual transferência para um clube de top.

Em suma, é de extrema importância salientar que este estudo, de natureza exploratória, não tem a intenção de encerrar um campo, ou simplesmente generalizar as conclusões obtidas. Espera sim, aumentar as dúvidas existentes acerca dos factores inibidores da excelência no futebol.

7. SUGESTÕES PARA FUTUROS ESTUDOS

7. Sugestões para futuros estudos

O presente capítulo tem uma grande importância num estudo de carácter científico, na medida em que o conhecimento acerca de um determinado assunto nunca se esgota. Portanto, a elaboração de um estudo deste género, além de responder às inquietações iniciais, suscita, também, várias dúvidas.

Assim, procuramos, neste capítulo, sugerir alguns estudos que possam contribuir para o esclarecimento dessas eventuais dúvidas, e se possível fomentar outras (isto contribuirá para uma melhor compreensão sobre esta temática):

- Estudar um jogador que tenha sido um grande expoente desta temática (onde a diferença entre aquilo que foi idealizado e aquilo que foi alcançado seja, extremamente, significativa), ou seja, um jogador que durante a formação tenha sido dado como uma promessa segura (futuro jogador de top), mas que com o passar dos anos não conseguiu atingir aquilo que lhe tinha sido projectado.
- Investigar esta problemática no contexto feminino, com jogadores de outra nacionalidade, com uma amostra significativamente maior ou com praticantes de outra modalidade.
- Analisar, de uma forma mais específica, cada factor inibidor da excelência.
- Averiguar eventuais soluções/intervenções que evitem ou diminuam o impacto negativo que os factores inibidores da excelência têm na carreira do jogador.
- Explorar em que medida as novas metodologias, actualmente aplicadas no treino de jovens, vão de encontro às soluções necessárias para ultrapassar o problema em estudo.

8. BIBLIOGRAFIA

8. Bibliografia

Abernethy, B. (1994). Expert-novice differences in sport. *International Journal of Psychology*, 25, 18-26.

Albarello, L., Digneffe, F., e Hiernaux, J. (1997). *Práticas e Métodos de Investigação em Ciências Sociais* (1º Edição). Lisboa: Gradiva.

Anderson, D., & Magill, R. (1993). Critical Periods as Optimal Readiness for Learning Sports Skills. In F. Smoll e R. Smith (Eds.), *Children and youth in sport. A biopsychosocial perspective* (pp. 57-71). New York: McGraw-Hill.

Andújar, C., & Soto, C. (2000). Reflexiones acerca del entrenamiento en la infancia y la selección de talentos deportivos. *Educación Física y Deportes*, 21, 7-13.

Añó, V. (1997). *Planificación y organización del entrenamiento juvenil*. Madrid: Gymnos Editorial.

Balyi, I. & Hamilton, A. (1995). *Planning for Training and Performance. The Training to Win Phase*. British Columbia: B.C. Coach.

Balyi, I. & Hamilton, A. (1999). Long-term Planning of Athlete Development, The Training to Win Phase. *FHS, The UK's Quarterly Coaching Magazine*, 3, 7-9.

Balyi, I. (2001). *Sport System Building and Long-term Athlete Development in British Columbia*. British Columbia: SportsMed BC.

Bardin, L. (2004). *Análise de conteúdo* (3ª Edição). Lisboa: Edições 70.

Barreiros, A. (2000). *A integração das competências psicológicas no treino de rendimento superior*. Porto: A. Barreiros. Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Barreiros, A. (2005). *Características psicológicas e o desenvolvimento dos talentos no desporto*. Lisboa: A. Barreiros Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa.

Barreiros, A. (em curso). *O desenvolvimento da excelência no contexto desportivo e artístico: tracking e análise retrospectiva e multidimensional das carreiras de atletas e músicos*. Porto: A. Barreiros. Dissertação de Doutoramento. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Baz, I. (2000). *Atletismo*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Bedoya, J. (1995). Entrenamiento temprano y captación de talento en el deporte. In D. Sánchez (Dir.), *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 14-23). Barcelona: INDE Publicaciones.

Bento, J. (1989). A criança no treino e desporto de rendimento. *Kinesis*, 5 (1), 9-35.

Bloom, B. (1985). *Developing talent in young people* (pp. 507-549). New York: Ballantine Books.

Blumer, H. (1969). *Symbolic Interactionism*. Englewood Cliffs: Prentice – Hall.

Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.

Bompa, T. (1999). *Periodization. Theory and Methodology of Training* (4th Edition). Champaign: Human Kinetics.

Bompa, T. (2000). *Total Training for Young Champions*. Champaign: Human Kinetics.

Brandão, M., Akel, M., Andrade, S., Guiselini, M., Martini, L. & Nastás, M. (2000). Causas e consequências da transição de carreira desportiva: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira Ciência e Movimento*, 8 (1), 49-58.

Brito, N., Fonseca, A. M., & Rolim, R. (2004). Os melhores atletas nos escalões de formação serão igualmente os melhores atletas no escalão sénior? Análise centrada nos rankings femininos das diferentes disciplinas do atletismo ao longo das últimas duas décadas em Portugal. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 4 (1), 17-28.

Camí, J. (2000). *1013 ejercicios y juegos polideportivos*. Madrid: Editorial Paidotribo.

- Campbell, S. (1998). A função do treinador no desenvolvimento do jovem atleta. *Treino Desportivo*, 3, 15-28.
- Carvalho, E., & Vilte, E. (1989). El niño a la luz de la ciencia del deporte. *Stadium*, 134, 7-16.
- Carvalho, A. (2000). *As capacidades coordenativas*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.
- Cassorla, R. (2003). Prefácio. In E. Turato (Ed.), *Tratado da metodologia da pesquisa Clínico-Qualitativa: Construção teórico-epistemológico, discussão comparada e aplicação das áreas de saúde e humanas* (2ª Edição) (pp. 21-27). Petrópolis: Editora Vozes.
- Charness, N., Krampe, R., & Mayr, U. (1996). The role of practice and coaching in entrepreneurial skill domains: An international comparison of life-span chess skill acquisition. In K. Ericsson (Ed.), *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games* (pp. 51-80). Mahwah: Erlbaum.
- Coakley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem?. *Sociology of Sport Journal*, 9, 271-285.
- Coelho, O. (1985). *Actividade física e desportiva – aspectos gerais do seu desenvolvimento*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Coelho, O. (1988). *Pedagogia do desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Coelho, O. & Silva, M. (1999). Treino desportivo com crianças e jovens. *Treino Desportivo*, 2, 9-17.
- Coelho, O. (2000). Pode a passada ser maior que a perna?. In J. Garganta (Ed.), *Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos* (pp. 145-154). Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13, 395-417.

Côté, J. & Hay, J. (2002). Children's involvement in sport: A developmental perspective. In J. Silva e D. Stevens (Eds.), *Psychological foundations of sport* (pp. 484-502). Boston: Merrill.

Côté, J., Baker, J. & Abernethy, B. (2003). From play to practice: A developmental framework for the acquisition of expertise in team sport. In J. Starkes e K. A. Ericsson (Eds.), *Recent Advances in Research on Sport Expertise* (pp. 89-114). Champaign: Human Kinetics.

Côté, J. & Fraser-Thomas, J. (2007). Youth involvement in sport. In P. Crocker (Ed.), *Introduction to Sport Psychology: A Canadian Perspective* (pp. 266-294). Toronto: Pearson Prentice Hall.

Cunha, P. (1999). Planeamento do treino com crianças e jovens. *Treino Desportivo*, 2, 14-21.

Delgado, M. (1994). *La actividad física en el ámbito educativo*. Madrid: Siglo XXI.

Denzin, N. & Lincoln, Y. (2000). Introduction: The Discipline and Practice of Qualitative Research. In N. K. Denzin, Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of Qualitative Research* (pp.1-28). Thousand Oaks CA: Sage Publications.

Diemm, L. (1978). *Deporte desde la infancia*. Valladolid: Miñón.

Douge, B. (1997). Progressão das actividades não competitivas para as competitivas. *Treino Desportivo*, 8, 31-39.

Durand, M. (1987). *L'enfant et le sport*. Paris: Presses Universitaires de France.

Ericsson, K., Krampe, R. & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, 363-406.

Ericsson, K. & Starkes, J. (2003). Expert performance in sports: advances in research on sport expertise. In J. Starkes e K. Ericsson (Eds.), *Handbook of sport psychology* (pp. 174-201). New York: John Wiley & Sons.

Ferreira, A. (2000). Da iniciação ao alto nível: um percurso para (re)pensar. *Treino Desportivo*, 9, 12-27.

Ferreira, M. (1986). Youth Sport in Brazil. In M. Weiss e D. Gould (Eds.), *Sport for Children and Youths. The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings* (pp11-15). Champaign: Human Kinetics.

Filin, V. (1996). *Desporto Juvenil – Teoria e metodologia*. Londrina: CID.

Flores, A. (1995). El rendimiento en la iniciación deportiva. In F. Sánchez, (Dir.), *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 33-39). Barcelona: INDE Publicaciones.

Fonseca, A. M. (1997). A psicologia do desporto e o futebol: Nós e os outros. *Horizonte, Revista de Educação Física e Desporto*, 8 (74), 31-39.

Fuentes-Guerra, F., Buñuel, P. & Trillo, M. (1997). *El deporte escolar*. Huelva: Universidad de Huelva Publicaciones.

Fuentes-Guerra, F. (2000). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Madrid: Wanceulen Editorial Deportiva.

Gambetta, V. (1990). Nuove Tendenze nella Teoria dell'Allenamento. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 9 (18), 7-9.

Ghibu, E. (1970). *Contenido y sistema del entrenamiento deportivo contemporaneo*. México: Ed. Pax-Mexico.

Gomes, P. (1993). A Criança e o Desporto. Prontidão e Competência. In A. Marques e J. Bento (Eds.), *A Ciência do Desporto a Cultura e o Homem* (pp. 517-522). Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.

Gonçalves, C. (1988). *O desenvolvimento do jovem praticante desportivo*. Oeiras: Câmara Municipal de Oeiras.

Gould, D., Udry, E., Tuffey, S. & Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10, 322-340.

Graça, A. (1999). *Quando se treina bem*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportivo.

Grawitz, M. (1993). *Méthodes des Sciences Sociales*. Paris: Dalloz.

- Greco P., Samulski, E. & Júnior, E. (1997). *Temas Atuais em Educação Física e Esportes*. Belo Horizonte: Health.
- Grosser, M., Starischka, S. & Zimmermann, E. (1988). *Principios del entrenamiento deportivo – teoría y práctica en todas las especialidades deportivas*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Grosser, M., Bruggemann, P. & Zintl, F. (1989). *Alto rendimiento deportivo. Planificación y desarrollo*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Halbert, J. (1986). When Should Children Begin Competing? A Coach's Perspective. In M. Weiss e D. Gould (Eds.), *Sport for Children and Youths. The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings* (pp. 65-69). Champaign: Human Kinetics.
- Hansen, D., Larson, R., & Dworkin, J. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13, 25-55.
- Harsanyi, L. (1983). *The 10-18 year old athletes to prepare model*. Budapest: Utanpotlas-neveles.
- Helsen, W. & Starkes, J. (1999). A multidimensional approach to skilled perception and performance in sport. *Applied Cognitive Psychology*, 13, 1 -27.
- Helsen, W., Hodges, N., Winckel, J. e Starkes, J. (2000). *Journal of Sport Sciences*, 18, 727-736.
- Hill, G. (1988). Celebrate diversity (not specialization) in school sports. *The Executive Educator*, 10 (24), 18-27.
- Hill, G. e Hansen, G. (1988). Specialization in high schools. A new trend?. *Clearing House*, 62, 40-41.
- Hodges, N. e Starkes, J. (1996). Wrestling with the nature of expertise: A sport specific test of Ericsson, Krampe, and Tesch-Römer's (1993) theory of "deliberate practice". *International Journal of Sport Psychology*, 27, 400-424.

Holloway (1999). *Basic Concepts for Qualitative Research. In Basic Concepts for Qualitative Research*. Oxford: Blackwell Science, Ltd.

Howe, M., Davidson, J. e Sloboda, J. (1998). Innate talents: Reality or myth?. *Behavioral and Brain Sciences*, 21, 399-442.

Kemp, N. (1985). No desporto dos jovens, os verdadeiros vencedores não são necessariamente os atletas medalhados. *Treino Desportivo*, 21, 5-14.

Kirk, D. (2005). Physical education, youth sport and lifelong participation: The importance of early learning experiences. *European Physical Education Review*, 11, 239-255.

Laker, A., Laker, J. & Lea, S. (2003). School Experience and the Issue of Gender. *Sport, Education and Society*, 8 (1), 73-89.

Lee, M. (1999). *O desporto para os Jovens ou os Jovens para o Desporto? Alguns dilemas que se colocam aos treinadores de jovens*. Lisboa: CEDF.

Lessard-Hébert, M., Goyette, G. & Boutin, G. (1994). *Investigação qualitativa: fundamentos e práticas*. Lisboa: Instituto Piaget.

Lima, T. (1981). *Alta competição – Desporto de dimensões humanas?*. Lisboa: Livros Horizonte.

Lima, T. (1985). Desporto de Alta Competição. *Horizonte*, 1, 22-31.

Lima, T. (1988). A formação desportiva dos jovens. *Horizonte*, 25, 42-48.

Lima, T. (1989). Competição e conflito. *Horizonte*, 29, 54-57.

Lima, T. (1990). *Competições para jovens (2ª Edição)*. Oeiras: Câmara Municipal de Oeiras.

Lima, T. (1998). *Uma perspectiva social na formação desportiva dos jovens*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Lopez, R. (2000). Estrutura organizativa-metodológica para la formación de atletas elites – Una Concepción. *Educación Física y Deportes*, 27, 17-29.

MacPhail, A. & Kirk, D. (2006). Young people's socialization into sport: Experiencing the specializing phase. *Leisure Studies*, 25, 57-74.

Maia, J. (2000). Exigências precoces de alto rendimento desportivo nos jogos desportivos. In J. Garganta (Ed.), *Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos* (pp. 133-143). Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.

Maldonado, L. (1992). *Balonmano*. Madrid: Federación Española de Balonmano – Comité Olímpico Español.

Malina, R. (1986). Readiness for Competitive Sport. In M. Weiss e D. Gould (Eds.), *Sport for Children and Youths. The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings* (pp. 44-56). Champaign: Human Kinetics.

Malina, R. (1993). Youth Sports: Readiness, Selection and Trainability. In W. Duquet e J. Day (Eds.), *Kinanthropometry IV* (pp. 285-301). London: E & FN SPON.

Manno, R. (1992). *Les bases de l'entraînement sportif*. Paris: Editions Revue E.P.S..

Manso, J., Valdivielso, M. & Caballero, J. (1996). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos Editorial Deportiva.

Marques, A. (1985). Carreira desportiva de um atleta de fundo. *Horizonte*, 9, 19-32.

Marques, A. (1991). A especialização precoce na preparação desportiva. *Treino Desportivo*, 19, 7-18.

Marques, A. (1993). A periodização do treino em crianças e jovens. Resultados de um estudo nos centros experimentais de treino da FCDEF-UP. In J. Bento e A. Marques (Eds.), *A ciência do desporto, a cultura e o homem* (pp. 14-32). Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto/Câmara Municipal do Porto.

Marques, A. (1993a). Bases para a estruturação de um modelo de detecção e selecção de talentos desportivos em Portugal. *Espaço*, 1(1), 47-58.

Marques, A. (1997). *O sistema de competições na preparação de prospectiva de crianças e jovens. Lição de síntese das provas de agregação*. Porto:

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.

Marques, A. (1998). *Crianças e adolescentes atletas: entre a escola e os centros de treino... entre os centros de treino e a escola!*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Marques, A. (1999). Crianças e Adolescentes Atletas: entre a Escola e os Centros de Treino... entre os Centros de Treino e a Escola!. In CEFD (Ed.), *Treino de Jovens* (pp. 17-30). Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Marques, A. (2000). Sobre as Questões da Qualidade no Treino dos Mais Jovens. In F. Silva (Org.), *Produção do Conhecimento no Treinamento Desportivo. Pluralidade e Diversidade* (pp. 26-34). João Pessoa: Universidade Federal de Paraíba.

Martens, R. (1985). Quando vincere è importante. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 2, 3-9.

Martin, D. (1998). *Capacidade de performance e desenvolvimento no desporto de jovens*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Mataruna, L. & Mello, M. (2000). Treinamento de judo a longo prazo. *Educación Física y Deportes*, 18, 9-16.

Matvéiev, L. (1990). *O processo de treino desportivo* (2^o Edição). Lisboa: Livros Horizonte.

Matvéiev, L. (1991). *Fundamentos do treino desportivo*. Lisboa: Livros Horizonte.

Matvéiev, L. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Mertens, D. (1998). *Research Methods in Education and Psychology. Integrating Diversity with Quantitative & Qualitative Approaches*. Thousand Oaks CA: Sage Publications.

Mesquita, I. (1997). *Pedagogia do treino – a formação em jogos desportivos colectivos*. Lisboa: Livro Horizonte.

Monteiro, J. (1997). *Desporto*. Lisboa: Edições Asa.

Morgan, T. & Giacobbi, P. (2006). Toward two grounded theories of the talent development and social support process of highly successful collegiate athletes. *The Sport Psychologist*, 20, 295-313.

Musch, J. & Grondin, S. (2001). Unequal competition as an impediment to personal development: A review of the relative age effect in sport. *Developmental Review*, 21, 147-167.

Nadori, L. (1990). Especialización y talento. Problemas pedagógicos de la especialización y de la promoción del talento en el deporte. *Stadium*, 141, 41-46.

Nespreira, A. (1998). *1000 Ejercicios de preparación física. Bases Teóricas. La preparación física en la edad escolar inicial*. Vol. I (2º Edição). Barcelona: Editorial Paidotribo.

Passer, M. (1996). At What Age Are Children Ready to Compete? Some Psychology Considerations. In F. Smoll e R. Smith (Eds.), *Children and youth in sport. A biopsychosocial perspective* (pp. 73-85). New York: McGraw-Hill.

Pataco, V. (1997). Alta competição em Portugal – Passado, presente e futuro. *Horizonte*, 79, 24-36.

Patrick, H., Ryan, A., Alfred-Liro, C., Fredericks, J., Hruda, I. & Eccles, J. (1999). Adolescents' commitment to developing talent: The role of peers in continuing motivation for sports and the arts. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 741-763.

Patton, M. (1990). *Qualitative Evaluation and Research Methods*. California: Sage Publications.

Patton, M. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods* (3º Edição). California: Sage Publications.

- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R. & Brière, N. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulations, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
- Pereira, J. (1998). *Treinar jovens: benefício ou risco?* Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.
- Personne, J. (1987). *Aucune médaille ne vaut la santé d'un enfant*. Paris: Denoël.
- Piaget, J. (1980). *Seis estudos de psicologia*. Rio de Janeiro: Forense Universitária Ltda.
- Pintor, D. (1987). *Apuntes de la asignatura baloncestos*. Granada: INEF.
- Pintor, D. (1989). Objectivos y contenidos de la formación deportiva. In J. Antón (Coord.), *Entrenamiento deportivo en la edad escolar* (pp. 14-27). Málaga: Unisport.
- Platonov, V. (1994). *El entrenamiento deportivo – teoría y metodología* (4^o Edição). Barcelona: Ed. Paidotribo.
- Platonov, V. (1997). Princípios da preparação a longo prazo. *Treino Desportivo*, 1, 37-43.
- Proença, J. (1986). As etapas da preparação do jovem atleta. *Atletismo*, 54, 39-46.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1995). *Manual de investigação em Ciências Sociais* (3^o Edição). Lisboa: Gradiva.
- Ramlow, J. (1992). El desarrollo a largo plazo de las destrezas técnicas. *Stadium*, 152, 27-36.
- Raposo, A. (2000). *Planificación y organización del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Raposo, V. (1989). *A preparação especial para a competição*. Lisboa: Edição Ministério da Educação – Direcção Geral dos Desportos.
- Rolim, R. (1998). *Contributo para o Estudo do treino de Meio-Fundo/Fundo de Atletas Jovens em Portugal*. Porto: R. Rolim. Dissertação de Doutoramento

apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Romero, C. (1989). *Acondicionamiento físico de los 8 a los 18 años*. Granada: Federación Andaluza de Fútbol.

Rost, K. (1995). Le Gare nello Sport Giovanile. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 32, 69-73.

Rost, K. (1997). As competições no desporto juvenil. *Treino Desportivo*, 1, 8-17.

Rushall, L. (1998). *Growt and Development Considerations for the Design of Training Plans for Young Athletes*. Otawwa: CAC, Sports.

Salmela, J. & Moraes, L. (2003). Coaching expertise, families and cultural contexts. In L. Starkes e K. Ericsson (Orgs.), *Expert performance in sport: Advances in research on sport expertise* (pp. 275-296). Champaign: Human Kinetics.

Sánchez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Scanlan, T. & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of Sport Psychology*, 8, 25-35.

Schmolinsky, G. (1992). *Atletismo* (3^o Edição). Lisboa: Editorial Estampa.

Sloane, K. (1985). Home influences on talent development. In B. S. Bloom (Ed.), *Developing talent in young people* (pp. 3-28). New York: Ballantine Books.

Smith, A. (2003). Peer relationships in physical activity contexts: A road less traveled in youth sport and exercise psychology. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 25-39.

Smith, P., Takhvar, M., Gore, N. & Vollstedt, R. (1986). Play in young children: Problems of definition, categorization and measurement. In P.K. Smith (Ed.), *Children's play: Research, developments, and practical applications* (pp. 37-54). New York: Gordon and Breach.

Smith, R. & Smoll, F. (1996). *Children and youth in sport : a biopsychosocial perspective*. Boston: McGraw-Hill.

Sobral, F. (1994). *Desporto Infanto-Juvenil: Prontidão e Talento*. Lisboa: Livros Horizonte.

Sobral, F. (1998). *O Adolescente Atleta*. Lisboa: Livros Horizonte.

Stambulova, N. (1994). Developmental sports career investigations in Russia: a post-perestroika analysis. *The Sport Psychologist*, 8 (3), 221-237.

Starkes, J., Deakin, J., Allard, F., Hodges, N. & Hayes, A. (1996). Deliberate practice in sports: What is it anyway? In K. Ericsson (Ed.), *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports and games* (pp. 81-106). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Verdugo, M. & Leibar, X. (1997). *Entrenamiento de la resistencia*. Madrid: Gymnos Editorial Deportiva.

Vianna, J. (2001). *Treinamento desportivo*. Belo Horizonte: Health.

Vicente, J. (1995). *Teoría del entrenamiento y del acondicionamiento físico*. Andalucía: COPLEF.

Vieira, J., Adelino, J. & Coelho, O. (1999). *Treino de jovens: o que todos precisamos saber!*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Viru, A., Loko, J., Volver, A., Laaneots, L., Karleson, K. & Viru, M. (1998). Age periods of accelerated improvements of muscle strength, power, speed and endurance in age interval 6-18 years. *In Biology of Sports*, 15 (4), 211-227.

Weiss, W. & Weiss, M. (2004). Sport commitment among competitive female gymnasts: A developmental perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2, 15-29.

Wiersma, L. (2000). Risks and benefits of youth sport specialization: Perspectives and recommendations. *Pediatric Exercise Science*, 12 (1), 13-22.

Zotko, R. (2001). Entrevista a Robert Zotko. *Atletismo*, 230, 43-55.

9. ANEXOS

9. Anexos

Anexo 1: Carta de apresentação



Caro atleta

No âmbito do Gabinete de Psicologia do Desporto da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, está a ser desenvolvida uma linha de investigação acerca do desenvolvimento da excelência no desporto. O meu trabalho em particular, centra-se na análise de potenciais factores inibidores da excelência no desporto em geral e, no futebol, em particular.

Neste sentido, vimos por este meio solicitar a sua disponibilidade para ser entrevistado sobre estes aspectos. De salientar que para além da entrevista ser voluntária e de poder desistir a qualquer momento, todas as informações que prestar são completamente confidenciais e nunca será revelada a sua origem ou usado o seu nome.

Por este motivo, não existem quaisquer riscos ou impedimentos à sua participação. Aliás, o importante, neste tipo de investigações, não é saber o que especificamente aconteceu num caso, mas reunir informação de vários atletas que nos permitam ter um conhecimento mais profundo, e vasto, deste fenómeno que é o desenvolvimento da prestação desportiva. Neste sentido, apesar de não existirem benefícios directos para si, existirão, sem dúvida, para que o processo de treino e preparação desportiva sejam cada vez melhor compreendidos e orientados.

Por outro lado, entenda-se que não existem respostas mais ou menos correctas às questões que colocaremos, mas sim as que cada um, honestamente, poderá dar em virtude das suas próprias experiências.

Assumimos ainda o compromisso de lhe facultar uma cópia integral da entrevista. Se tiver qualquer dúvida ou questão relacionada com este estudo, por favor, contacte-me

Com os melhores cumprimentos e agradecendo a sua disponibilidade

Óscar Rodrigues

Aceito participar no estudo acima descrito. Aceito ainda que o Gabinete de Psicologia do Desporto da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto me contacte novamente para eventuais estudos que se sigam acerca desta mesma linha de investigação.

(Assinatura)

Anexo 2: Guião da entrevista

- Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?
- O que significou para si poder representar uma selecção nacional?
- O que pensa que o levou a atingir esse feito?
- Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?
- Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?
- Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?
- O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?
- Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?
- Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?
- Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?
- Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?
- Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?
- Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?
- Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?
- Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?
- Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?
- Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

Anexo 3: Entrevista 1

Porto, 23 de Março de 2009 – 15h30.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 1 (E1): A nível pessoal poderei dizer um golo marcado em Alvalade ao Schmeichel pelo Marítimo. A nível colectivo, se calhar não especificando concretamente um determinado momento, mas sim alguns que são marcos importantes. Nas selecções, principalmente a conquista do Campeonato da Europa de sub-18, já que era um titulo que faltava no já basto currículo das selecções de formação.

Normalmente escolhemos marcos mais positivos, mais agradáveis, mais satisfatórios num determinado momento da nossa carreira. Se me perguntar se tenho marcos negativos se calhar já não são factores.

E esses marcos positivos porque me marcaram profundamente, são factos diferentes de todo o resto, são marcos que nos deixam satisfeitos ao longo da nossa carreira. Ao longo da minha carreira tentei-me agarrar a eles como uma tábuca de salvação em momentos difíceis que passamos, não só em termos de lesões, mas também em termos psíquicos por estarmos num nível abaixo dos outros, pelo treinador não gostar de nós, o treinador não nos pôr a jogar. Estes marcos positivos servem para nos alertarem, para nos chamarem novamente a realidade, isto é saber que somos capazes, que temos capacidades para ainda chegar lá, estar lá e continuar lá. Nós próprios somos avaliados por uma única pessoa que é o treinador, ninguém nos garante que essa própria pessoa tenha o dom da razão ou que tenha as melhores escolhas. Nesses momentos sempre pensei que me tinha de agarrar a esses marcos positivos para me tentar transmitir a mim próprio que tinha capacidades mesmo que o treinador não me escolhesse.

Por isto o facto de eu os escolher não só nesta entrevista, mas sim ao longo da minha carreira. Foi-me dada a oportunidade de estar no meio de tudo isso, de participar e ter conseguido. Por isso é que escolhi um factor individual e um factor colectivo. Porque assim transmito um factor positivo a nível

colectivo e um a nível individual.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E1): Antes de mais um orgulho, uma satisfação e acima de tudo um prazer. Em todos os jogos, sejam eles ou tenham sido eles muito importantes para o atingir de um objectivo. Todos eles o foram só pelo facto de estar a representar Portugal em torneios não com o mesmo impacto mediático dos Campeonatos do Mundo ou de Campeonatos da Europa, mas com a mesma responsabilidade e satisfação de representar o meu país. É uma coisa indescritível, joguei em diversos clubes, mas nada me deu a satisfação, o prazer de estar a defender as minhas cores com pessoas que naquele momento faziam parte de um grupo, de um todo, mas se calhar nas próximas semanas seriam os meus adversários e nesse momento eram os meus colegas que estavam a jogar comigo. Estes são factores que diferenciam dos outros todos. São sentimentos que nos transportam para aqueles noventa minutos e que nos fazem pensar que somos “obrigados” a representar uma nação. Temos que dar o máximo porque estão muitos olhos sobre nós, independentemente da nossa cor clubistica, quem defendemos durante a semana ou nas próximas semanas. Era um sentimento único e também de responsabilidade, já que bastava saber que no meio de tantos fomos um dos escolhidos para estar ai. Isto traz uma satisfação muito grande. Era este o sentimento que sentia, que carregava, não como peso, mas sim como satisfação em jogar pela selecção

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E1): Antes de mais, sorte. Porque tinha qualidades, tenho qualidades mas tive sorte. Porque joguei com muitos jogadores que têm tanta ou mais qualidade do que eu, mas se calhar naquele dia em que o seleccionador foi ver um jogo para fazer uma convocatória não lhes corria bem o jogo e a mim correu. Aliado a isto a dedicação, o empenho, a vontade de querer fazer mais e melhor. No grosso, se calhar tive um bocadinho mais sorte que os outros, porque também tinha qualidade para estar. Naquela altura, naquela fase se

calhar tive mais sorte que os outros.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E1): Todos eles tiveram uma importância fundamental no meu percurso futebolístico. Isto porque aqueles que me metiam a jogar tiveram uma influência positiva já que fizeram com que eu pudesse demonstrar as minhas qualidades, fizeram com que eu todos os fins-de-semana pudesse jogar, pudesse ser visto por outros clubes, foi com eles que eu consegui melhorar a nível de contrato, a nível de clubes melhores. Mas aqueles que não apostaram tanto em mim tiveram uma influência negativa nesse aspecto, ao não ser visto, ao não ser reconhecido, ao ser esquecido, mas não deixam de ser boas pessoas, tiveram as suas escolhas. Cada um dentro daquilo que fez por mim ou que pensou que eu poderia ser uma mais valia ou não para o grupo teve as suas influências positivas e negativas porque eram eles que mandavam. A mim basta-me trabalhar bem, muito, trabalhar até horas extras e se o treinador não gostava daquilo que via, das minhas qualidades, não me metia a jogar. Automaticamente tinha perante a minha pessoa uma influência negativa já que não me metia a jogar. Todos eles tiveram influências positivas ou negativas. Positivas quem me meteu a jogar porque me ajudou no sentido a ter melhores contratos, a ter melhores clubes. Quem não me meteu a jogar influenciou negativamente como é lógico já que não fui visto, não fui reconhecido e fui esquecido.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E1): Quer queiramos quer não, não podemos dissociar os dirigentes das escolhas do treinador. Porque as vezes por sermos um activo do clube há uma determinada pressão, no meu ver, para que determinado activo seja colocado, seja posto, seja visto. Como o nome indica é um activo, tem que ser rentável e nos dias de hoje mais do que nunca. Creio que passei por fases em que não significava nada para o clube. Em alguns clubes em que estive

emprestado pelo Porto sabia que era para estar ai uma época, usufruíam mas em termos monetários não tinham nada palpável, digamos assim. Voltava no ano seguinte ao Porto e era emprestado para outro clube qualquer. Neste caso os dirigentes não tinham muito peso na decisão, só na escolha, se queriam ou não queriam. Na minha trajectória não tinham muita escolha. Passado esse período comecei-me a aperceber que eles próprios, tanto ou mais que o treinador, tiveram uma influência grande na minha trajectória. Porque eram eles que decidiam, são eles em sintonia com o treinador que decidem se querem este ou aquele jogador, isto influencia negativamente a trajectória de um jogador. Porque se houvesse um director que neste momento me quisesse no Porto a minha trajectória mudava drasticamente. Estou no Padroense e ia para o Porto. Bastava o sim do treinador e do director, neste caso do presidente. É lógico que tenho que dizer que em sintonia com os treinadores ou em parceria com os treinadores muda e de que maneira a trajectória de um jogador. São eles também, para além de eu próprio dar indicação com o meu trabalho, com a minha dedicação, com o meu empenho, quem comanda, quem decide e podem mudar a vida de um jogador, podem dizer eu quero este jogador, o que influencia. A pergunta que me está a colocar eu digo que influencia e de que maneira a trajectória de um jogador.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E1): Há vários factores. Um dos, que não pode ser dissociado dos outros, é a sorte. As minhas respostas são sempre objectivas, no sentido em que sem ela não vamos a lado nenhum. Eu posso ter muitas qualidades, mas tinha que ter sorte naquele momento, naquela determinada altura alguém ter olhado para mim e ter dito és tu quem eu escolho. Faz tudo parte de escolhas. Porque se calhar em alturas da minha vida o próprio treinador não me escolheu para aquele jogo, não me escolheu naquela época para ser uma aposta mais regular, digamos assim, e o tempo foi passando. Não há algo que eu possa dizer, olha foi por causa disto ou foi por causa daquilo ou foi por causa de uma lesão ou foi por causa de um período mau na minha vida, não, foi por escolhas,

por opções, que não consegui chegar lá em cima, só isso. Qualidades continuo a dizer que sempre as tive, e se foram reconhecidas anteriormente, foi uma questão de escolhas. E foi para mim o factor mais importante, aliado a sorte pelo qual não atingi a trajectória que se calhar estava programada ou estipulada para uma pessoa que teve na formação todo aquele caminho glorioso de que falamos a pouco, mas que a nível sénior se calhar não atingiu o patamar que provavelmente as pessoas estavam a espera que atinge-se, tão simples quanto isso. Em traços gerais é isto, é sorte, é naquele momento ser uma escolha valida para um treinador ou para um director, tão simples quanto isso porque as qualidades estão cá, as qualidades sempre estiveram. Depois quando se chega ao futebol sénior há um maior leque de escolhas, porque ai já não há uma faixa etária, já não há uma escolha tão cingida a idade. Enquanto nas camadas jovens há. No universo, digamos assim, de Portugal continental, e não só, escolhiam os jogadores com essa faixa etária, 15, 16 anos e eu dentro de essa escolha nessa idade era dos melhores, mas só daquela idade, não englobava quem tinha mais nem quem tinha menos. Era uma coisa concreta, objectiva, era dentro daquela idade. A partir dos 18, 19 anos já engloba milhares jogadores. O leque de escolha para um treinador é muito maior. Entrando nesse leque se não é escolhido logo a partida para fazer parte da equipa vão-se esquecendo, vão-se fechando portas e depois quem atinge o sucesso muito rapidamente está mais perto do insucesso do que se manter lá em cima. Porque quem vai crescendo aos poucos vai dando um passo de cada vez. Quem atinge o sucesso muito rapidamente, como foi o meu caso, fui uma das escolhas dos treinadores nas camadas jovens, as pessoas automaticamente habituaram-se a ver-me, a ter-me, a observar-me. No período de tempo em que deixaram de me observar começaram a perguntar se havia alguma anomalia, o porquê de não surgir, o porquê de não fazer parte dos eleitos deste ou daquele treinador, mas eu estava a passar pelo percurso normal que todos passam, que era ser novo, entrar no leque mais variado de escolhas do treinador, com jogadores mais experientes do que eu (já tinham mais idade, mais traquejo).

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E1): Ajudaram e muito. Principalmente porque permitiu que ao longo da minha vida eu pudesse estar em contacto principalmente com outras pessoas de outros credos, de outras raças, de outras religiões, com outras formas de estar, com outras formas de ver, tudo isso foi importante para crescer como homem, que é a coisa mais grata que eu tenho no futebol. Permitiu-me estar em contacto permanente com pessoas com diversas culturas e sem complexos nenhuns. Um exemplo é estar num balneário e ter que me equipar com pessoas que se calhar não falavam a mesma língua e ter que me entender com eles. Terem opções diferentes, terem ideais completamente distintos dos meus, foram criados de uma forma diferente da minha, mas que me permitiu aceitar-lhas e ser aceite por elas. Na minha forma de estar hoje, permitiu-me ter essa grande vantagem, desde novo conseguir ou ter a oportunidade de estar dentro de esse tipo de situações que me enriqueceram como pessoa. Por isso não posso dizer que o futebol foi uma coisa má para mim, trouxe-me mais vantagens que desvantagens. Agora na minha parte pessoal teve uma grande influência já que me ajudou no meu crescimento pessoal e muito. Enriqueceu muito a minha maneira de ser, de estar e de ver as coisas. Em traços gerais é isto.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E1): Quase que poderia dizer como na questão anterior a aprendizagem de aceitar as diferenças. Aceitar as tais diferenças, em termos de igualdade quer queiramos quer não tínhamos de olhar para o próximo que estava ao nosso lado como algo que nos pudesse ajudar, estava ali para o mesmo objectivo, com o mesmo fundamento que era conquistar vitórias, conquistar bons resultados, mas que podia ser uma não escolha do treinador e tínhamos de viver com esta aprendizagem, digamos assim, de saber lidar com vinte e tal pessoas dentro de um balneário com homens ou rapazes ou adolescentes e saber tirar partido não só das coisas positivas, mas também

das coisas negativas. De o porquê de aquele não jogar, dar-lhe um bocado mais de estímulo, também era importante não hoje mas amanhã se calhar quando precisássemos dele. Não tirar proveito só das situações positivas (é a forma mais fácil de uma pessoa tirar já que toda a gente o consegue fazer), mas tirar aprendizagens também de uma situação negativa, saber conscientemente de que hoje pode ser um dia mau, mas não podemos baixar os braços porque amanhã é outro dia. Saber aprender com os erros foi, se calhar, uma das grandes aprendizagens que eu tive ao longo da minha carreira como futebolista, a qual me fez saber que tudo é efémero e que nos recordamos mais facilmente das coisas negativas. Se calhar se eu for recordado vai ser mais facilmente pelas coisas negativas do que pelas coisas positivas e isso fez-me ter uma abordagem muito grande das coisas, dizer que para mim próprio na minha vida pessoal o amanhã é que conta, porque o ontem já foi feito, foi daquela forma? Foi, não vale a pena voltar atrás, o amanhã é que é mais importante. E se aprendermos com os erros de ontem o amanhã será completamente diferente.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E1): Que eu tivesse consciência não. Mas que tinham o desejo que eu fosse jogador de futebol tinham, mas que me pressionassem para eu deixar de fazer algo que fosse prejudicial a minha pratica desportiva em termos de obrigatoriedade não, nunca o fizeram. Tinham sempre a consciência de me alertar de que se calhar não seria bom se eu pudesse ser profissional de futebol algum dia teria de fazer aquele tipo de conduta. Nunca me obrigaram a ir jogar, a ir treinar, nunca me disseram tu és obrigado a jogar melhor. Nunca senti nenhum tipo de pressão em termos de obrigatoriedade para seguir aquele caminho. Eles sabiam que eu tinha prazer e como pais só me alertavam para as coisas que eu deveria fazer: ter uma vida regrada, ter consciência que se calhar poderia não ir as festas de anos dos meus amigos, porque se calhar era a sexta ou ao sábado e eu não podia sair porque tinha jogo, o facto de todos os meus amigos jogarem futebol na escola e eu se calhar poderia jogar, mas não

me podia aplicar porque me podia magoar e não ia treinar que era aquilo que eu gostava. Todas estas formas de me elucidar o caminho que eu queria percorrer, isto não é obrigatoriedade, é ajuda. Nunca me apontaram o dedo, nunca me disseram: “tu vais seguir este caminho”, nunca me fizeram isto, sempre me deram liberdade para qualquer dia desistir se não gostasse.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E1): Eu acho que o meu percurso de formação não mudava. Porque em termos futebolísticos estive numa das melhores escolas a nível nacional, que é o FC Porto. Deu-me além do enorme prazer, deu-me um conhecimento que se calhar não ia ter noutros clubes (só se fosse no Sporting ou no Benfica) porque estava a competir sempre com os melhores e era qualificado como um dos melhores e tinha a aprendizagem dos melhores. Por isso na minha formação não mudava nada.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E1): Eu penso que não é difícil. Basta uma questão de apostas, porque a qualidade está nos genes dos portugueses desde a muitos anos, não é uma coisa efémera, não é uma coisa passageira, é uma coisa que tem durado ao longo dos tempos não só na formação mas também nos seniores. Há jogadores com uma classe tremenda a nível mundial que são portugueses por exemplo. Há jogadores jovens que antes de chegar aos seniores já são por excelência jogadores fenomenais. No futebol português actual há maioritariamente um número de jogadores portugueses que dão uma excelência ao futebol nacional. Não acho que seja difícil. Acho sim que se calhar há aqueles jogadores que poderiam ter um bocadinho mais de sorte nas escolhas do treinador. Há muitos jogadores com muita qualidade, mas há muitos factores como a sorte, principalmente para quem quer, para quem deseja é um factor muito importante. Eu posso ter tantas ou mais qualidades que um determinado elemento, pode trabalhar tanto ou mais do que eu, mas só

um é que vai ser escolhido pelo treinador. Somos os dois iguais, mas é o treinador que vai decidir e isto pode mudar o percurso de um jogador, há tantos casos assim. Há outros que são notórios, que este é melhor do que aquele, que este tem uma vida regrada e o outro não tem, pode ter mais qualidade futebolísticas, mas em termos físicas se calhar dá mais garantias ao treinador do que aquele que tem uma vida social mais estável, mais equilibrada, não tem tantas qualidades, mas dá garantias ao treinador. A escolha do treinador é um factor muito importante para se ter sucesso. O jogador português tem qualidade, está provado, para a nível nacional ser um atleta de excelência, só que é preciso um factor muito importante que é a sorte.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E1): Tive uma lesão no adutor que me impossibilitou de participar no campeonato nacional da primeira divisão durante seis meses. Prejudico-me pela impossibilidade de não participar durante alguns meses na competição e se calhar mudou o meu percurso profissional. Em factos concretos, uma altura em que se calhar tinha a possibilidade de assinar por um clube melhor deixei de a ter e melhorar a nível desportivo e melhorar a nível financeiro, são dois factores que estão interligados com uma lesão grave. Não me deixou mazelas físicas, deixou-me impossibilitado durante algum tempo de estar no activo, mas em termos físicos não me deixou nenhuma mazela. Mas se calhar impossibilitou-me de melhorar, modificou o meu trajecto futebolístico, mas isto faz tudo parte da vida de um profissional de futebol, está tudo interligado porque se tivesse tido a sorte de não me lesionar poderia ter tido outro percurso. Se não tivesse acontecido aquilo se calhar poderia ter atingido um patamar de excelência. Uma lesão grave influencia sempre nem que não seja porque não nos deixa participar activamente e depois só tem retrocesso. Deixamos de ter contratos, as pessoas deixam de acreditar em nós. Quando temos uma lesão fica a duvida se iremos ter as mesmas capacidades para desempenhar aquele papel que vínhamos desempenhando, a nossa sociedade é assim.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E1): Acho que sim, acho que é fundamental. O divertimento tira uma carga emocional, uma carga emotiva ao próprio trabalho. Dentro do próprio trabalho, eu acredito, sou apologista disso e sou adepto disso, pode-se brincar com coisas sérias. Acredito que se calhar a mente humana está muito mais predisposta a trabalhar sem pressão, atinge mais facilmente os objectivos propostos ou predefinidos, as coisas automaticamente vão saindo, com mais facilidade e se calhar com mais empenho, não vai ser de uma forma contraditória, mas sim uma forma saudável de levar a bom porto aquilo que se pretende para quem as vezes não aceita muito bem o facto de desempenhar determinada função e se o fizer de uma forma desinibida, de uma forma de brincadeira conseguimos nós próprios que estamos a mandar com que aquela pessoa possa desempenhar aquela função. Pode-se brincar com responsabilidade. Acredito piamente que no trabalho se pode divertir, com a diversão se pode atingir determinados objectivos, não todos, mas alguns.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E1): Eu acho que ao longo de este percurso todo, desde que inicie até hoje, houve mudanças drásticas em termos de trabalho, em termos de metodologia de treino e o que eu posso dizer é que hoje trabalho em menos tempo mas com maior intensidade e com resultados muito mais positivos. Se eu tivesse tido este tipo de trabalho na minha formação acho que poderia ter outros resultados desportivos, mas faz tudo parte da evolução. Hoje estamos aqui a falar, mas amanhã ou daqui a alguns anos poderemos estar a falar de outra maneira, faz parte da evolução. Mas hoje estou consciente que se tivesse tido outro tipo de treino, de funções, de objectivos, eu próprio tinha se calhar desenvolvido outras capacidades que me foram despertadas se calhar tarde de mais, como a maturidade e a inteligência. No meu caso como profissional de futebol quando estamos num clube grande temos tudo e depois vamos para a realidade, não há muito discernimento (temos tudo). Entre um júnior de um clube grande e um sénior de um clube grande a diferença que há as vezes não

é perceptível, é só na porta ao lado, nos equipamo-nos num balneário e os seniores no balneário ao lado, só que a realidade tem muitos caminhos para ir para aquela porta. Eu estive quase lá, mas faltou-me chegar lá. Então tive que percorrer um caminho que se calhar se me fosse dado, não só no treino físico, mas também no treino mental, na abertura e no conhecimento do desconhecido, se me fosse permitido ou se tivesse sido alertado para determinadas coisas, se calhar tinha enriquecido em termos mentais, tinha ganho um arcaboço, se calhar, diferente para superar objectivos ou determinadas barreiras que me foram surgindo ao longo do meu percurso profissional.

Na minha opinião, além do treino físico, se na parte mental fosse mais forte poderia lidar com alguns momentos mais exigentes e se não se consegue atingir aquele objectivo esquece. É quase como se estivesses abandonado a tua sorte, vai e faz o teu percurso sénior como tu quiseres. Não há um acompanhamento formativo, digamos assim, para tirar pressão aos jovens. Dar-lhes responsabilidades é diferente de pressão. Isto é o que se calhar muitos clubes em termos formativo já fazem, não trabalhar só para vencer, mas sim para estar melhor que os outros e estar melhor que os outros não só naquele dia, mas no seu percurso. Há muitos clubes que já o fazem, que já trabalham dessa maneira. Eu na minha formação não trabalhava dessa forma, trabalhava para ganhar hoje, o amanhã depois vê-se. Se analisarmos as grandes escolas de futebol em termos formativos não se cingem só com a vitória (não é só no futebol, é no andebol, no basquetebol), as melhores escolas de formação não se cingem só em ganhar, há componentes muito mais importantes agregadas umas as outras que são factores importantíssimos para o desenvolvimento do jogador. Eu acho que na minha formação me faltou isto. Se me perguntar quantos professores tive na minha formação, se calhar tive um ou dois, naquela altura não se usavam professores com estudos, com métodos de treino, com conhecimento em todas as áreas. Não se pode dissociar o preparador físico do treinador de futebol. O treinador de futebol tem aquela escola, mas se poder associar as duas partes num todo pode ser uma coisa fantástica, e eu acredito nisto. Eu penso que se continua a esquecer a

nível nacional muito da formação em termos de primeiro motivar o atleta numa questão formativa educacional e não numa formação em termos de resultados imediatos, sejam eles nas escolas, nos infantis, nos iniciados. Depois os resultados a nível sénior deixam muito a desejar. Não é só quando se está lá, há toda uma base, toda uma estrutura. É isso que me faltou, para além do empenho, do esforço que tive faltou-me outra componente. Se calhar a maior parte dos atletas de hoje já conseguem ter uma formação e por isso têm mais arcaboço para ultrapassar determinadas barreiras.

Por exemplo a própria França em andebol não ganha nada em termos formativos, só que em seniores ganha quase tudo agora. A Espanha em futebol. Há exemplos concretos, porque a gente não segue? Mas primeiro há que apagar uma cultura que já está inserida nos nossos genes, e é difícil. Por isso é que se diz que a qualidade é para uma minoria e não para as grandes massas. Acho que é preciso desmistificar algumas coisas, é necessário fazer uma limpeza cerebral não só aos pais dos jovens que vão iniciar a sua actividade, neste caso no futebol, mas também quem está em cima, quem comanda, principalmente para quem exige.

Se eu tivesse outro tipo de formação, se calhar, tinha atingido outros objectivos. Mas ao longo do meu percurso sénior fui tendo pessoas que me ajudaram e alertaram. Eu próprio fui perguntando e tirando as minhas observações correctas ou incorrectas, tentando discernir o que seria melhor para mim como atleta, fazer isto ou fazer aquilo. Corri os meus riscos, umas vezes bem outras vezes mal. É quase como um auto-didacta que se dedica aquilo e depois olha vou tentar fazer isto, vou tentar fazer aquilo e há de sair qualquer coisa.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E1): Não, nunca pensei nisso. Porque há uma coisa que eu sempre tive que é pelo menos nunca ter desacreditado, poderia não acreditar, digamos assim, que iria melhorar muito as minhas capacidades, mas nunca desacreditei.

Eu sabia que poderia chegar lá onde eu queria, sabia que podia dar

mais de mim, mas isso não dependia só de mim, dependia, se calhar, mais dos atletas que estavam comigo dentro do campo, dependia mais da estrutura do clube onde eu estava inserido, dependia do treinador se me escolhia ou não. Nunca deixei de acreditar em mim, nunca deixei de acreditar nas minhas qualidades porque o meu passado não me permitia, então se já tinha atingido determinados objectivos que eram irrefutáveis para as prioridades que eu tinha, porque seria eu a desqualificar-me ou a desacreditar? Não. Sempre acreditei que podia mais e melhor. Agora se calhar tive escolhas em termos de clubes, de pessoas, de treinadores que não foram as melhores para mim, mas nunca deixei de acreditar que tinha potencialidades para ir mais além.

Tive a consciência que em determinado momento da minha carreira se não atingisse determinado patamar, se não atingisse determinado objectivo que eu próprio me propus ou que eu ouvia as pessoas a dizer que se não chegasse até aos 26/27 anos a um clube grande não tinha hipótese, basicamente era isto. Tive a consciência que a partir de essa idade, dessa fasquia que as pessoas estipulam, que até lá é muito novo e a partir daí já é velho (em Portugal é assim). Até aos 26/28 não tem experiência e depois de passar isso já é velho. Por isso quando cheguei aos 29 já era velho. Tive consciência que as portas começavam a abrir de maneira contrária, em vez de abrir para fora já começavam a abrir para dentro, já estou a ver o lado de lá, já passei. Foi um sentimento de frustração, não de desilusão. Tentei, lutei, não consegui. Foi frustrante, mas não me desiludiu. Porque sempre tive em mim consciência de que por mim eu tinha chegado. Fiz de tudo para conseguir, para estar lá. Senti frustração porque tinha o objectivo de concretizar, mas também consciente que não dependia só de mim. Sabia que as portas se começavam a abrir ao contrário e o tempo ia passando já para a fase terminal. Comecei numa fase crescente e avancei para numa fase decrescente, digamos assim, e essa própria frustração inerente a isso.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E1): A maior vitória pessoal que tive no futebol foi a capacidade, a

bagagem para suportar algumas injustiças, não comigo, mas com os outros. Ter o controlo necessário para não explodir em determinadas situações. Há muita injustiça no futebol, não digo na parte desportiva. Há toda uma estrutura montada que nos faz ver que fazer bem não chega, que o trabalhar bem não chega, ser uma pessoa equilibrada, ser uma pessoa regrada, ser uma pessoa quase exemplo para os outros na chega. É preciso cair no goto, é preciso ter mais qualquer coisa. E por vezes passo por situações no dia a dia que está alheio aquilo que as pessoas que gostam de ir ao Domingo, mas há todo um ciclo de seis dias anteriores ao domingo, que são muitas horas ali passadas e são momentos de grande frustração para um jogador. O não reconhecimento, o saber conscientemente que está a ir para um caminho que não é aquele que ele escolheu, que não é aquele que ele quer, mas tem um contrato assinado e tem que o cumprir. A obrigatoriedade de ter que fazer uma coisa que se calhar não é a mais correcta, mas tem que a fazer. Saber lidar com aquilo que as pessoas exigem (os treinadores, os directores), aquilo que fazem aos outros e ser impotente para responder. É como ser uma marioneta, faz isto, faz aquilo. Isto não é falta de personalidade, quem está no meio tem que se sujeitar a determinadas coisas, e essa impotência de dizer, de se criar justiça, cria um sentimento de impotência, algo que revolta cá dentro. Destrói-se carreiras, destrói-se percursos que podiam ser de outra maneira, podiam ter dias de glória e acabam por ser dias penosos, não é aquilo que se projectou. Nos olhamos e foi para isso que eu andei a ter formação? Foi para isso que eu andei a acreditar que o futebol é bonito, é belo, é um mar de rosas? É belo para uma pequena minoria, para os outros é um sofrimento terrível. É uma coisa que as pessoas as vezes não têm noção do que é todos os dias, além da situação de não jogar, está inerente as coisas todas.

Para mim a grande vitória foi conseguir, em traços gerais, não me revoltar, pela minha personalidade, pela minha maneira de ser. Manter quase sempre a calma e muitas vezes não falar por mim mas sim pelos outros, se calhar era a minha maior vontade. E dizer pára, chega, basta, está aos olhos de toda a gente. É quase como ter uma arma e dizer eu tenho poder, eu faço aquilo que quero, eu sei aquilo que tenho de exigir e é assim que tem de ser

feito, e as coisas as vezes não tomam determinados resultados por causa de isso mesmo. A qualidade há, ou havia em determinados clubes que eu passei, só faltava a sensibilidade, faltava a honestidade, faltava o empenho de toda a gente. Para se atingir determinados objectivos é preciso sacrifício, é preciso vontade, é preciso toda a gente remar para o mesmo lado.

Para mim a maior vitória foi essa mesma, foi conseguir controlar-me, saber conhecer-me a mim próprio, saber lidar com as injustiças, com a própria destruição, digamos assim, da felicidade, do acreditar de um simples atleta que estava ali para praticar o seu melhor. Fazia daquilo a sua vida, sim senhor, mas se calhar determinada pessoa por situações alheias decidiu que aquele afinal não tinha que ser, não dava, mas a explicação? Muitas vezes a explicação era o “não tenho que dar explicação, não dou explicação a ninguém, só tens é que cumprir”. Somos quase uma mercadoria. Para mim foi a maior vitória que tive. Analisando, e analisei a pouco tempo atrás, ter arcaboço suficiente para me controlar a mim próprio. Não tinha nada a ver comigo, mas mexia comigo. A minha maneira de ser levou-me a que algumas vezes tivesse ficado desiludido com aquilo que eu via, mas depois também desiludido com aquilo que eu constatava posteriormente a imagem que me era transmitida. Por isso analisando todas essas vertentes creio que o aspecto mais positivo que tive ao longo da minha carreira desportiva foi saber discernir, saber ter calma e saber controlar os meus desejos, as minhas ansiedades e também aquilo que analisava perante os outros e saber ser uma pessoa ponderada.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E1): Há uma fase de transição que para mim é o mais importante. Quando há jogadores que conseguem atingir um patamar em termos de formação onde conseguem ir as selecções, conseguem ter êxito no clube, mas que por qualquer razão não conseguem atingir o patamar de excelência, segundo o estudo que estás a fazer, para mim diz-me uma coisa que é uma fase entre os juniores e os seniores, acaba a formação, normalmente os jogadores que atingem essa fase são jogadores que estão ligados a um Porto,

a um Benfica, a um Sporting, a um Boavista, estão ligados a clubes grandes, basicamente são 99%, só um ou outro é que está ligado a outros clubes. A maioria está ligada a grandes clubes, os melhores clubes a nível nacional em termos de currículo e imagem. Isto faz com que o próprio jogador naquele momento tenha todas as capacidades de pertencer ao plantel sénior. Aquilo que eu disse a um bocado em um das perguntas, a nossa porta era ao lado da porta dos seniores, é ali perto, mas é um caminho muito largo para percorrer e muita das vezes não basta ter uma parte pedagógica no sentido de dizer “olha que vais ter que percorrer um trajecto muito longo, cuidado que isto não é assim tão fácil” essas palavras já não entram muito na cabeça de um jovem, tem que se demonstrar com actos, coisas concretas, com coisas objectivas, dizer este, aquele e aquele pensavam que era isto, que era aquilo e se calhar não conseguiram, ou não conseguiram por causa disto, disto e disto, cuidado que se fores por esse caminho também não consegues.

A parte pedagógica de que falamos a pouco no sentido de dar um melhor acompanhamento pedagógico aos jogadores, melhor conhecimento sobre a realidade, melhor conhecimento do que vai encontrar ao longo da sua carreira, principalmente na fase de transição de júnior para sénior, porque passam a ser iguais aos outros. Os jogadores do Porto, Sporting, Benfica e Boavista não são iguais aos outros, são diferentes, com 18 anos são diferentes, vão a selecção, aparecem na televisão, são reconhecidos na rua, mas no ano seguinte já não são reconhecidos por ninguém. Porquê? Porque não conseguiram entrar nos seniores do Boavista, nos seniores do Benfica, nos seniores do Sporting e nos seniores do Porto. É tudo efémero. Depois muita culpa do atleta, que pela sua formação, cria estereótipos de jogador, eu sou assim, eu vou ser assim e é assim que eu vou ser. Se há alguma coisa que se intromete não tem capacidade para contornar ou para ultrapassar as barreiras que são postas ao longo do seu no caminho, e é uma descrença.

A fase de transição é muito importante. O Porto, o Benfica, o Sporting gastaram muito dinheiro em equipas B, na Liga Intercalar, é bom, é benéfico, mas um/dois anos, para depois ver se conseguem. Aquela fase de transição entre os 18 e os 20 é importante para eles porque vão ver outra realidade, quer

queiramos quer não tudo se acaba. Chega a final do mês de Julho com 18 anos vai-se confrontar com homens, não é com miúdos. Aos 18 anos é formado fisicamente, mas ainda está em desenvolvimento. Com 18 anos vai ter que lutar com homens de 30 anos, com experiência, com traquejo, com manhas que cria, uma coisa que é exclusiva para quem já lá está. Para quem tinha quase as costas protegidas, quer queiramos quer não, os jogadores que vão a selecção no clube têm as costas protegidas, passam a ser indefesos. Surge a própria descrença, “já não consigo”, porque não foram devidamente alertados para os perigos que iriam correr.

Toda a gente está a espera que daquela caixa vá surgir uma coisa incrível, mas as coisas não são assim.

Se calhar têm muito mais a ganhar naqueles clubes pequenos que apostam na formação e que vão pegar neles e “olha não, a realidade é para os outros, os outros é que jogam, os outros é que ganham, os outros é que vão as selecções e tu estás aqui, não vais a lado nenhum, tu não consegues, depois pegam nele com 18 anos metem nos seniores, trabalha nos seniores. E se analisarmos hoje há muitos mais jogadores na selecção que conseguem ter um nível de excelência que se calhar na fase de formação não a tiveram. Não só na opção de escolha, mas se calhar alicerçaram-se muito mais rápido e muito mais fortes com argumentos, com factos para suportar essa própria diferença, para passarem aquela fase de deserto (como nós costumamos chamar) onde ninguém nos conhece, ninguém sabe quem somos, ninguém sabe o que a gente fez.

Para mim a grande deixa de a muitos anos para cá é a forma de como se demonstra a um jogador que consegue atingir um patamar elevado em termos de formação, que para ir as selecções tem que ter qualidade, dizer-lhe “atenção que isto que estás a fazer não é real, alias é real, mas não é sempre assim”. Nesta fase em que os jogadores têm 17/18 anos e vão entrar numa panóplia de jogadores com diferentes ideias, diferentes culturas, numa realidade completamente diferente, onde a competitividade aumenta de uma forma brutal (uma diferença abismal, quase colossal), enquanto na formação eram dois ou três a lutar por um lugar ali já são inúmeros.

Tudo isto são dados que demonstram que quando chegamos a seniores levamos um baque. Onde estou? Como estou? Como é? E quando queremos agarrar-nos as pessoas elas já não estão. Porquê? Porque entretanto já surgiram outros.

Para mim este é o grande motivo de os jogadores não atingirem o êxito. A qualidade está lá. Então se foram reconhecidos anteriormente porquê não se dá o seguimento? Se calhar não foi bem explorado, se calhar não foi bem alicerçado. Outros que nós olhávamos na altura e que não se destacavam hoje falamos com eles e vemos que estão em grandes clubes. Isto é, a la long, aos vinte, vinte e poucos anos começam a ter uma carreira ascendente, que demorou, que foi alicerçada, foi cimentada, foi vista de uma maneira mais consistente, de uma maneira mais pausada, sem tanta exigência. Depois a nós o que foi que nos exigiram? Que fizéssemos em adultos exactamente aquilo que fizemos nas selecções. É impossível. Nisso surgiu um ou dois, o Figo, o Rui Costa. Todo o resto levou o seu tempo a percorrer o caminho. Quantos jogadores é que se vê no futebol actual com 17/18 anos, vê-se agora um Moutinho, mas pouco são eles. Isto agregado ao grande número de jogadores com 18 anos que saem normalmente da formação para o futebol sénior. Quantos são os que conseguem entrar? Uma minoria, uma coisa mínima. Isto quer dizer muito não é?

Há um caminho muito longo entre a formação e a fase sénior. Agora achar o que é correcto eu não sei. Sei aquilo que eu passei, sei as vivências que tive, aquilo que os meus colegas tiveram, aquilo que nós falávamos, dialogávamos. Hoje passado todo este tempo ainda continuamos a conversar sobre isso. É isso, entre os 18, 20, 21 há um fosso muito grande. E depois há o estigma de que até os 27 é novo (não tem experiência), depois chega aos 28/29 já é velho (acabou).

Hoje aposta-se muito mais nos jovens? Sim, é evidente. Mas porquê? Não é pelas qualidades, senão que hoje é um activo muito mais atractivo, digamos assim, para ser exposto, para ser vendido para outro clube. Hoje um jogador desponta muito mais rapidamente, enquanto que na minha altura demorava muito tempo, deixava-se ao “abandono”, olha faz, se conseguires

está tudo bem, se não conseguires há outros. Hoje não, hoje já se tem a preocupação de dizer vais conseguir. Mesmo assim acho que não estamos no caminho certo, ainda há um desfasamento de um/dois anos que tem que ser mais corrigido.

Há jogadores que não atingem a excelência no escalão sénior porque são dados ao abandono. Jogavam muito bem nos juniores, mas chegaram aos seniores completamente indefesos, protegidos, mas indefesos. Tiraram-lhes a cápsula e vai, faz aquilo que podes.

Eu nas camadas jovens do Porto não limpava as minhas botas, tinha quem mas limpasse. Depois quando sai do Porto eu é que tinha de ir buscar a minha roupa, eu é que tinha de engraxar as minhas botas. Eu pensava que aquilo que me faziam no Porto era igual em todo o lado. Há coisas pequeninas que quando as juntamos vemos que têm uma grande influência no nosso percurso. É bom oferecer este tipo de coisas aos atletas, mas é mau esquecerem-se de alertar que só é feito nesse clube e que quando formos para aqui ou para ali as coisas são completamente diferentes. Se um jogador não estiver preparado para estes factores todos juntos e também para o facto de sermos largados ao abandono não consegue atingir a excelência. É aqui que entra a parte do apoio (que já se perdeu porque a descrença é total). É preciso uma base forte para estar preparado para os momentos em que as coisas correm menos bem.

Depois a exigência é maior. Exige-se que jovens que se destacaram na formação sejam mais valias nos seniores. Não há sensibilidade para perceber que é muito difícil para um miúdo com 18 anos competir com um homem de 30 anos, que já tem dez ou quinze anos de experiência no futebol profissional, já sabe como é que as coisas se fazem.

Isto é para mim a grande razão. Haver um desfasamento muito grande entre a realidade dos juniores e aqueles que já estão lá no futebol sénior. Quando um júnior passa a sénior encontra quase sempre pela frente um jogador com mais experiência que lhe tapa o lugar.

Anexo 4: Entrevista 2

Leça da Palmeira, 24 de Março de 2009 – 15h.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 2 (E2): O factor foi provavelmente o meu pai, porque o meu pai também foi jogador durante muitos anos, guarda-redes do Salgueiros e agora tem sido treinador nestes últimos anos. Influenciou pela parte em que eu ia ver muitos jogos dele, acompanhei muito a carreira dele. Influenciou nessa razão só, nunca me forçou a jogar futebol, nunca me obrigou, nunca me pediu, influenciou porque eu venho de uma família de pessoas que jogava á muitos anos a bola, já o meu avô jogava, os meus avôs, o meu pai joga, os meus irmãos jogaram. Acho que mais por essa influência de família.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E2): Eu acho que representar a selecção nacional é capaz de ser o ponto mais alto da carreira de qualquer jogador. Porque as vezes as pessoas esquecem-se um bocado, mas nós estamos a representar não é dois milhões de jogadores, estamos a representar dez milhões de pessoas e as vezes essas pessoas esquecem-se um bocado isso. Para mim foi provavelmente o ponto mais alto da minha carreira representar a selecção.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E2): Eu acho que o mais importante em termos de formação, estamos a falar em selecções jovens, eu acho que é os clubes e eu tive a felicidade de me formar num grande clube como o FC Porto joguei lá 8 ou 9 anos e provavelmente foi o clube que me ajudou bastante, como é lógico, se eu jogasse em clubes inferiores provavelmente não teria ido a selecção, ou provavelmente os seleccionadores não me tinham descoberto e nem me viam jogar.

Também os treinadores, acho que o Porto em termos de camadas jovens tem uma mentalidade muito forte mesmo. E provavelmente foi isso, os

treinadores e o clube que me ajudaram bastante.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E2): Eu acho que todos os treinadores, desde as escolinhas até aos seniores, até ao meu último ano de carreira influenciaram, uns mais que outros, outros mais positivamente, outros mais negativamente, mas acho que todos eles me influenciaram porque eu acho que o futebol é como tudo na vida, tira-se ilações positivas e negativas das pessoas. É lógico que naquela altura provavelmente tirei muito mais positivas que negativas. Eles ajudaram-me bastante e tive treinadores como o Sr. Álvaro, o Sr. Costa Soares, o Sr. Carneiro, são todos treinadores que me ajudaram muito e que fizeram de mim melhor pessoa e melhor jogador. Porque hoje em dia, no futebol de formação, também se tem que gerir um bocado a pessoa e não só o jogador, porque muitas vezes no futebol de hoje em dia, com a exigência que envolve, também tem que ser gerida a nossa vida como pessoa, como homem, e todos eles me ajudaram bastante.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E2): Eu acho que em termos de dirigentes não fui muito influenciado. Porque numa fase de formação eu acho que o mais importante são os treinadores, porque são os nossos “líderes”, porque quando temos 10, 12, 14, 15, 16 anos em termos directivos a influência não é muito grande, porque quando nós temos essa idade não se pensa se se vai ganhar muito, se se vai ganhar pouco, se vai ganhar bem, se vai ganhar mais, em termos financeiros não se pensa nessas coisas, pensa-se só em jogar e que as coisas corram bem e ganhar, o resto é secundário. Portanto, em termos directivos acho que não houve grande influência.

Mesmo na minha fase sénior não fui influenciado pelos directores. Agora eu concordava que provavelmente deveria haver cursos também para dirigentes, isso concordo que devia acontecer. Começar a meter no dirigismo

do futebol pessoas que estejam ligadas directamente ao futebol, pessoas que foram jogadores ou que tiveram uma ligação muito grande aos jogadores. Porque hoje em dia qualquer pessoa é dirigente de um clube, qualquer pessoa representa um clube, basta gostar do clube e ser sócio, e acho que neste caso deviam haver mais pessoas ligadas ao futebol, que fossem do futebol, que tivessem um conhecimento muito grande do futebol. Um exemplo: em Espanha, todas as pessoas que estão ligadas aos grandes clubes espanhóis, tanto treinadores como na parte da direcção, tirando o presidente que normalmente tem que ser uma pessoa com algum estofa financeiro para tomar conta de um clube, mas de resto a maior parte das pessoas são pessoas que estão e estiveram dentro do mundo de futebol, que tiveram dentro das quatro linhas. Isso é muito importante porque têm uma ligação muito maior com os jogadores. Uma pessoa que esteja ligada aos pneus não tem a mesma sensibilidade para lidar com jogadores do que uma pessoa que já esteve ligada directamente ao futebol. E acho que em termos de direcção não houve assim ninguém que me tivesse influenciado muito.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E2): Foram várias, inúmeras razões. A um mês atrás dei uma entrevista a um jornal desportivo e falei algumas delas, mas são tantas. Lesões, más decisões, maus treinadores. Há tanta, tanta coisa, inúmeras razões. Pronto eu vou-te dizer três razões principais que estão acima das outras todas. Principalmente lesões, porque infelizmente fui operado cinco vezes aos joelhos, foi más decisões da minha parte e também treinadores, infelizmente apanhei treinadores no início da minha fase sénior que me marcaram bastante pela negativa. Eu acho que as principais são essas. Foram lesões, más opções da minha parte também e treinadores que também deixaram um bocado a desejar. Isto porque no futebol as vezes as coisas não são lineares como a gente gostava que fossem, nem toda a gente tem a sorte do Cristiano Ronaldo (sorte qualidade, atenção), é como em tudo na vida, em todas as profissões há que ter aquela pontinha de sorte também, o momento certo, a altura certa, se o

Cristiano Ronaldo não tivesse feito aquele grande jogo com Manchester United naquele jogo de apresentação provavelmente nunca estaria no Manchester United, estou-te a dar um exemplo, nesta altura, de top. Provavelmente também me faltou um bocadinho disso, de sorte, a altura certa. Tive inúmeras oportunidades de ir jogar para o estrangeiro, mas as coisas acabaram por não se concretizarem. Lesões, fui operado cinco vezes na minha fase de transição para sénior, fui operado duas vezes aos joelhos, com 16 anos fui operado ao joelho, depois com 19 fui operado outra vez. Foram muitas, muitas razões, mas principalmente estas, operações aos joelhos, más decisões da minha parte, ter clubes para ir, optar por um e não ir para outro e acabar por as coisas não correrem bem no outro. Acho que foram estas as razões para que as coisas não me tenham corrido melhor.

Quanto aos treinadores, é muito complicado sair de um clube de formação como o Porto e ingressar em outros clubes. É muito complicado estares a jogar numa equipa como o Porto em que felizmente ganhei praticamente tudo o que havia para ganhar em termos de formação e de selecção na altura, e depois chegares aos seniores e encontrares uma realidade completamente diferente. Na altura fui emprestado para a segunda divisão. E também estamos a falar que a 15/16 anos atrás o futebol não era o que é agora. No futebol da minha altura, no Porto, Benfica, Sporting havia jogadores com muita mais qualidade do que hoje em dia. Por exemplo, antigamente para conseguir chegar a um Porto, Benfica ou Sporting em termos de escalões seniores tinhas que fazer duas ou três épocas grandiosas ou realmente ser muito acima da média e encaixar. Hoje em dia não, qualquer jogador joga no Porto, Benfica ou Sporting. Hoje em dia em Portugal não há futebol de qualidade porquê? Porque os que realmente são acima da média já não jogam aqui, o que acontece ao futebol português é o contraste do que acontece ao futebol espanhol, inglês ou italiano que é o quê? Todos os jogadores que são acima da média são contratados para irem para ai. Porque tu vês hoje em dia, tu tinhas 2/3 jogadores acima da média em Portugal, tinhas o Simão, tinhas o Deco e tinhas um Maniche, assim jogadores mais recentes (para já não falar do Cristiano Ronaldo). O que aconteceu? Vão-se embora,

mas vão-se embora porquê? Porque há outras contrapartidas que o futebol português não dá. E a quinze anos atrás tinhas um ou dois jogadores portugueses a jogar no estrangeiro, tu conseguias manter o jogador de qualidade aqui. Porquê? Porque o mercado não era tão aberto como é agora. A quinze anos atrás não vias jogadores portugueses a ir jogar para o Chipre, ou para a Rússia, ou para a Roménia. E tu vez que agora é só jogadores a imigrar, a jogar para o estrangeiro. E o que se perdeu? Qualidade que na altura no futebol português havia muita. E o que eu digo a muita gente com quem tenho conversado sobre futebol, que me falam destes jogadores de hoje em dia com 19, 20, 21 anos, eu digo-lhes a eles que esses jogadores que vocês falam agora, no meu tempo nem se equipavam, saiam dos juniores e eram automaticamente emprestados e andavam a perder-se por aí, como me aconteceu a mim infelizmente. E isto deve-se a quê? Hoje em dia o futebol passa por uma crise muito grande. Nós não temos poder económico para ir buscar jogadores com qualidade, não temos, é uma realidade, nem para os manter. Passamos por uma crise financeira porque não conseguimos mantê-los e também porque não conseguimos ir buscar ninguém. E hoje em dia o que se faz no futebol? Quando um jogador tem um bocadinho de qualidade tenta-se fazer dele um jogador a força. Hoje em dia há muitos exemplos no futebol português jogadores com 20/21 anos, são jogadores normalíssimos, mas por força das circunstâncias são obrigados a promove-los porque é preciso fazer dinheiro no futebol. 90% dos clubes em Portugal hoje em dia estão na banca rota. E o que é que acontece? Como antigamente Porto, Benfica, Sporting (estou a falar dos três grandes porque são os que têm mais mediatismo) não tinham problema nenhum em ir buscar internacionais de outros países para jogar em Portugal. Não digo da França, Inglaterra, Itália ou Espanha, mas por exemplo na Bulgária, numa Roménia, numa República Checa, mas neste momento não temos dinheiro para isso. Neste momento temos uma crise de estrangeiros em Portugal incrível. Só o Porto tem 5,6,7 estrangeiros a jogar que não têm qualidade absolutamente nenhuma para jogar no futebol português, quando tem jogadores com a mesma qualidade com 17, 18, 19 anos, mas porque são portugueses e porque são da formação não entram nos quadros do

clube em termos de plantel sénior. Dou-te um exemplo de 5/6 jogadores que tens neste momento no banco do Porto ou a andar lá que não têm qualidade nenhuma para jogar em Portugal, digo no Porto, no Benfica ou no Sporting. Hoje em dia que é que acontece? Se falares com um sócio do Porto ou do Benfica ou do Sporting e disseres que vais promover um jogador dos juniores para defesa direito do Porto, os sócios são capazes de dizer para jogar no campeonato a lateral direito no Porto?! Mas se disseres que vais buscar um estrangeiro a um país qualquer dizem: “o gajo deve ser bom, que grande aquisição”, chegam aqui são jogadores normalíssimos, são jogadores que não te acrescentam nada. Eu acho que o futebol português hoje em dia passa por isso. Antigamente iam buscar um reforço ao estrangeiro, mas vinha acrescentar qualquer coisa ao que tu tens. Hoje em dia não, aquele que se vai buscar faz de mais um. Porque eles dizem “vamos buscar um jogador que foi internacional argentino com 16 anos”? Se temos dezenas de internacionais portuguesas com 16/17 anos, que ganham títulos de campeão da Europa, que estão nas finais dos campeonatos do Mundo. Um exemplo, eu no meu último ano de júnior, quando subi a sénior, fui campeão nacional de juniores, fiquei em segundo lugar com os seniores do Porto (era júnior, mas já jogava pelos seniores) e fui campeão da Europa sub-18, nesse ano todos os jogadores que fizeram esta formação comigo e a selecção comigo foram todos emprestados para todo lado, ninguém ficou no Porto, ninguém ficou no Benfica, ninguém ficou no Sporting, só os do Boavista é que ficaram lá. Outro exemplo, nós ganhamos a Holanda 3-0 nas meias-finais, o Kluivert ficou nos seniores do Ajax, Seedorf foi vendido ao Milão, ficaram em clubes de top e nós fomos emprestados a segunda divisão. Explica-me a lógica disto e o que está certo? Os jogadores da Alemanha na altura (nós ganhamos a Alemanha em penaltis), ficaram todos no Colónia, no Bayern de Munique, ficaram todos lá. Nós nesse ano ganhamos 4-0 ou 4-1 na final do campeonato do Mundo, que já não era juniores, que já era esperanças sub-20, jogava o De la Peña que ficou no Barcelona, o Raul joga no Real Madrid, o Michel Salgado joga no Real Madrid, estamos a falar da equipa sénior, titulares indiscutíveis do Real Madrid, não estamos a falar de jogadores banais, o Morientes titular indiscutível do Real Madrid, quase todos

eles jogavam nos clubes de topo dos países deles. Nós jogávamos no Leça, no Lamas, no Espinho, tudo clubes secundários e agora explica-me a lógica de tudo isto? Jogamos contra a Inglaterra num torneio já sub-21 em Toulon, o Beckham era titular indiscutível do Manchester United, o Scholes titular indiscutível do Manchester United, o Lee Boyer titular indiscutível do Newcastle. Quer dizer, estamos a falar de jogadores a jogar no top do top do futebol mundial e nós com qualidades iguais ou superiores a eles não tínhamos lugar nos clubes da primeira divisão portuguesa e em clubes de baixa qualidade. Por isso é que te digo que tudo isto no futebol influencia, uma questão de timing, de oportunidade, de treinadores, um acompanhamento. É muito bonito ser acompanhado até aos 16/17 anos e depois o clube dizer-te assim “agora vai a tua vida e orienta-te”. Chegamos aos 16/17 anos brilharete, eu fui cinco vezes campeão nacional no Porto, em todos os escalões fui campeão nacional e num deles fui duas vezes. Estamos a falar de uma carreira até ao 17 anos brilhante, ou mais que brilhante, fui campeão da Europa, ganhei torneios, duas vezes no terceiro lugar do campeonato da Europa, uma vez no terceiro lugar do campeonato do Mundo. Eu estive em todas as finais de mundiais e europeus que se pode ter do escalão dos 13 anos até aos 17 /18, tive em todas as fases, eu fui o internacional português mais novo de sempre com 13 anos, fui internacional sub-16 com 13 anos, com o Carlos Queiroz. Estamos a falar de um acompanhamento que chega aos 17 anos e pegam em ti renovas 4 ou 5 anos pelo clube (o Porto na altura) e dizem agora vais para ali e que seja o que Deus quiser. É o que eu te digo, apanhas um treinador que não vai com a tua cara e não jogas mais, também me aconteceu a mim, infelizmente, nos meus dois primeiros anos de seniores que é a fase mais importante de um jogador que tem numa carreira, é dos 18 aos 20/21 anos, que é aquela fase de afirmação. E estive praticamente dois anos sem jogar, “entregue quase a mim mesmo”, foi no Leça e no Gil Vicente, estive dois anos praticamente sem jogar. Depois a partir daí comecei a jogar outra vez, mas já tinha rescindido com o Porto, entrei em litígio com eles, chateei-me e fui-me embora e depois é quase como apanhar o comboio, perde-se a primeira carruagem, a segunda e quando queres apanhar o comboio já não está lá. É como te digo, estas são as razões

e os treinadores. Acho que devia haver um acompanhamento muito maior nesta transição de júnior para sénior, do que propriamente dos 10 aos 17, ou então é tão importante esse acompanhamento dos 10 aos 17 como dos 17 aos 21. E como eu digo-te, muitos colegas meus que falo com eles quase todos os dias que tiveram um trajecto não digo como o meu (que é um bocado difícil), mas um trajecto semelhante ao meu e se perderam. Digo-te já, da minha geração de jogadores de selecção e do Porto há 2/3 neste momento que estão bem, o Nuno Gomes, o Quim, o Beto, não estou a ver assim mais ninguém e estamos a falar de uma geração de vinte jogadores que ganharam praticamente tudo o que havia para ganhar nos últimos 33 anos, mas mesmo assim eu lembro-me que a maioria deles chegaram aos 27/28 já estavam com a carreira numa fase muito descendente, alguns deles até abandonaram. E o mais grave é que muitos deles não chegaram a jogar na primeira divisão portuguesa. Eu ainda cheguei a jogar alguns anos, mas eles nem a primeira divisão chegaram. O futebol português passa por uma crise porque quer. Muitas vezes é preferível dizer assim “tenho aqui 2/3 jogadores que todavia não se afirmaram que nos podem dar muitas garantias em termos de futuro, mas o que é que os clubes preferem? Tu aprendes mais quando saís da formação do Porto, Benfica, Sporting se integrares o plantel mesmo que não jogues, ou jogues para a Taça, ou jogues na Taça da liga (que tem muita importância). Porque hoje em dia há um problema muito grave que é a preferência de ir buscar um estrangeiro duvidoso do que promover um júnior duvidoso português. Isto, são coisas que mais tarde ou mais cedo se vai pagar a factura no futebol. Porquê? Neste momento temos um excesso de estrangeiros, no onze do Porto só dois é que são portugueses e um deles dificilmente jogará mais em Portugal (que é o Bruno Alves), não me acredito que ele fique por aqui e há muitos mais no banco sem qualidade nenhuma. Isto é brincar com o futebol e com o trabalho dos juniores que trabalham, trabalham 10 anos para chegar aos seniores e dizerem vai a tua vida.

Quem não percebe nada de futebol, quem está a leste do futebol estas situações passam ao lado. Eu neste momento dou muito valor ao Benfica e ao Sporting, que apesar de não ganharem nada (e vão continuar a não ganhar

nada) têm o Rui Costa e o Pedro Barbosa a frente o futebol. São pessoas que fazem a tal transição do futebol jovem para o futebol sénior. Quer se queira quer não isto, são coisas que ajudam o futebol, ajudam a melhorar o futebol. Eu digo as pessoas que não são os estrangeiros que vão ajudar o futebol português, porque estão aqui de passagem, para o ano não estão aqui. Enquanto estamos a falar de um jogador que tem 7/8 anos dentro de um clube, que cria uma mística de um clube, quando chega aos seniores por muito que jogue ou não jogue é um jogador que nunca vai complicar, é um jogador que vai sempre tentar ajuda. Enquanto que os estrangeiros não estão interessados no futuro do clube.

Estas são muitas das razões que fazem com que hoje em dia o futebol não me diga nada. Eu joguei futebol 23 anos, desde os 10 anos que trabalhei no Porto e hoje em dia o futebol não me diz rigorosamente nada, é para canto, o futebol para mim está morto. Vejo futebol e não me interessa minimamente quem ganha, pode ser o Porto, Benfica, Sporting, não ganhei afinidade por clube nenhum. Eu deixei o futebol a oito meses e não tenho clubismo, afinidade, não torço por ninguém. Fiquei tão desgostoso e magoado com o futebol que neste momento é uma página virada.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E2): Completamente. Geralmente diz-se que todas as profissões têm um bocadinho da nossa vida ou traduz um bocadinho da nossa vida. Tu estudas desde os 6/7 anos de idade não é? Tens 26 anos? Já estudas a vinte anos e a escola diz-te muito não é? Eu infelizmente abandonei a escola aos 13 anos. Quando fui internacional abandonei porque não consegui conciliar. As vezes estava um mês no estrangeiro, quinze dias, três semanas, não conseguia mesmo, e também gostava pouco da escola é uma verdade. E digo-te muito sinceramente, se eu sou alguém hoje em dia como pessoa, como ser humano devo ao futebol. São 23 anos, uma vida inteira a jogar futebol.

Chorei muito a custa do futebol, ri-me mais, felizmente, do que chorei a custa do futebol. Aconteceu-me tudo e mais alguma coisa no futebol, passei

momentos fantásticos. Sinceramente o futebol fez de mim, não digo uma pessoa amargurada, mas uma pessoa que pensa que poderiam ter acontecido coisas diferentes. O futebol fez de mim um homem. Trouxe, provavelmente, a minha vida coisas que a escola não me podia ter trazido (estamos a falar neste contexto de teres estudado a vinte anos e eu ter jogado durante vinte anos).

Ensinou-me a ser responsável, ensinou-me muitas coisas sobre a amizade (acho que é uma coisa muito importante na nossa vida), que é a coisa que eu mais sinto saudade do futebol neste momento, os amigos, a camaradagem, o balneário, os jantares, as palhaçadas, as partidas, tudo. Acho que no futebol quando uma pessoa abandona, sinceramente, nunca estamos preparados para abandonar, por muito que te mentalizes, que penses, que digas que sim, que digas que estas preparado, nunca estas preparado. Porque estamos a falar de centenas, de milhares de horas dentro de um balneário. Sinto falta da adrenalina, do jogo, do treino. Porque quer jogues no melhor clube do mundo ou no pior clube do mundo há sempre adrenalina. Isto é como em tudo na vida, sejas o gestor de uma empresa ou sejas trabalhador de uma empresa tens sempre adrenalina, de maneira diferente, de intensidade diferente, mas tens sempre. E eu sinto um bocado falta de essa adrenalina, do campo, do jogo, aquele momento antes de entrar em campo, aquele momento durante o jogo, no fim do jogo, tenho saudades de essas coisas. Quando eu te digo que estou desligado do futebol é desligado dos jornais, da televisão, das bancadas, agora sinto saudade da adrenalina, de jogar, mas não penso minimamente em voltar a jogar. Tudo o que meta competitividade esquece, jogar para ir almoçar, ir brincar, para meter a bola debaixo da camisola, estou em todas, tudo o que meta caneleiras eu não estou. Tudo isto por causa das desilusões que o futebol me trouxe, a saturação, as pessoas, tudo contribuiu para que me desliga-se completamente do futebol. Foi tudo, nós infelizmente o ano passado descemos de divisão no Leça, foi esse desgaste, foi o desgaste do clube, a idade, as lesões (o ano passado fui operado outra vez). Tudo me motivou para me desligar do futebol.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática

desportiva?

(E2): Eu acho que a coisa que mais aprendi no futebol foi espírito de grupo. Isto é quase como falar com as crianças, foi o partilhar, o espírito de grupo, o balneário. Aprendi a lidar com a adrenalina, porque as pessoas muitas vezes têm o vício ou a mania de que todos são “Cristianos Ronaldos” ou que todos ganham como o Cristiano Ronaldo ou que todos têm o mediatismo do Cristiano Ronaldo, mas é mentira e é o que eu digo as pessoas só ganham muito aqueles que vocês vêem na Sport Tv no domingo a tarde ou no sábado a tarde, no Manchester United, no Porto, no Benfica e no Sporting. Eu digo isto a toda a gente e é a pura das verdades, 70/80% dos jogadores de futebol quando acabam a carreira têm obrigatoriamente que arranjar outro emprego ou outra ocupação. Porque muito, muito, muito dificilmente um jogador que chega aos 31/32 anos, no máximo, consegue viver dos rendimentos que teve no futebol, muito raramente. Mesmo aqueles que jogam na primeira liga durante muitos anos têm que montar um negócio ou uma coisa parecida. Porque muito dificilmente se conseguem aguentar até a reforma, que é aos 65 anos, muito dificilmente conseguem estar 30 anos a viver dos rendimentos do futebol. Portanto, aprendi que me tinha que mentalizar que quando acabasse tinha de arranjar outra ocupação. Estamos a falar (isto é muito complicado) quase como vocês quando saem da escola e arranjam o primeiro emprego. Se tu consegues arranjar o primeiro emprego que esteja relacionado com a área onde andaste 20 anos a estudar foi para aquilo que andaste. Agora eu não, eu andei 23 anos a fazer uma coisa que quase de um dia para o outro acabou, dá uma volta que tu não consegues, levas aquele choque, aquele impacto durante muito tempo. Eu estou a trabalhar a 4 meses e foi um choque muito grande. É o que eu digo as pessoas, o corpo humano tem capacidade para se ambientar a tudo e foi isso que me aconteceu. E o futebol também me ensinou isso, ensinou-me que de hoje para amanhã isto ia acabar (porque é uma realidade). E eu também, muito sinceramente, não me estou a ver ligado directamente ao futebol, tanto que nem tirei o curso de treinador, e no entanto podia porque tenho facilidades, como o meu pai é treinador poderia muito bem ser adjunto, mas pus logo de parte a possibilidade de continuar ligado ao futebol.

O futebol ensina-nos isso tudo. Ensina-nos que mais tarde ou mais cedo temos que abandonar, temos que seguir por outro caminho.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E2): Sinceramente não. Ainda joguei contra o meu pai, eu estava no Gil Vicente e o meu pai estava no Salgueiros. Eu na altura tinha 19 anos e ele tinha 35/36. Por acaso fomos lá ganhar 3-2, eu joguei e ele ficou no banco. Na altura morávamos juntos, foi ele para um canto e eu para o outro e depois encontramos-nos no campo, por acaso foi engraçado. Demos muitas entrevistas, juntos, nessa semana. Ele nunca me influenciou para jogar mais. Influenciou-me sim para outras coisas, 2/3 coisas, que era a responsabilidade, respeito para com os meus colegas, respeito para com os meus adversários. Nunca me influenciou para que jogasse mais, para que fosse titular, para que marcasse golos. A única coisa que ele me dizia era para me deitar cedo, para levar uma vida regrada, para não fazer maluqueiras, para não fazer coisas que não sejam compatíveis com a vida de profissional de futebol. De resto nunca me influenciou, dava-me mais cabo da cabeça a minha mãe do que o meu pai e a minha mãe não percebia nada de futebol.

A primeira vez que fui treinar ao Porto o meu pai nem tinha conhecimento. Fui treinar ao Porto num sábado de manhã e o meu pai não estava cá, estava com o Salgueiros na Madeira. Foi um senhor, que ainda hoje falo com ele, que me levou a treinar ao Porto. Eu tinha dez anos e o meu pai nem tinha conhecimento. Ele chegou num Domingo a noite, só estive com ele na segunda-feira de manhã e disse-lhe que tinha ido treinar ao Porto, a única coisa que me disse foi que não podia largar a escola.

Nunca me pressionou, nunca me influenciou, nada. Tanto que o meu filho, felizmente, tem jeito para o futebol (tem um bom pé esquerdo como eu) e nunca o meti a jogar em lado nenhum, nunca quis que ele jogasse. Ele dá-me cabo da cabeça para o levar a treinar e eu não levo. Estou a tentar protegê-lo, muito mesmo. Ele agora tem nove anos, quando tiver 10/11 anos ainda lhe dou um bocado. Sabes que os pais hoje em dia nestas idades tem muita a mania

que o meu filho é que vai ser, o meu filho é que foi. Estamos a falar de uma criança com 10, 11, 12 anos. É impossível, ou é contra natura tu preveres que este gajo vai ser um craque. O meu filho é que vai ser, não tens hipótese. Eu falo muito por experiencia própria, que joguei dos 10 aos 33 anos, é impossível tu preveres se este gajo vai ser bom, se vai ser mau, se vai ser mais ou menos. Penso que é impossível prever se alguém com 10/12 anos vai ter um futuro brilhante ou não como jogador de futebol. A única coisa que se pode dizer sobre um miúdo com 10 anos de idade é que realmente tem mais jeito que o colega que está ao lado.

Eu lembro-me de colegas meus que, felizmente, foram muito mais longe do que eu no futebol e que nem metade da minha qualidade como jogador tinham, mas tinham se calhar outras coisas que eu não tinha. Tinham uma paixão maior pelo jogo, entregavam-se mais ao jogo, sei lá, há tantos factores que fazem com que tu sejas melhor ou pior. Porque tu vês muitas vezes jogadores em divisões inferiores que têm mais qualidade que jogadores que estão na primeira liga e que possivelmente esses jogadores da primeira liga têm coisas que os outros não têm que é espírito, entrega, dedicação. Digo-te o nome de tantos jogadores que tecnicamente não eram nada de especial, mas pela sua entrega ao jogo, pela capacidade física, chegaram aos melhores clubes da Europa e foram campeões de tudo e mais alguma coisa. Por isso é que eu te digo, com 10 anos tu não podes prever ao certo o que vai ser no futuro. Porque há tantos factores dos 10 aos 18, 19, 20, 21 anos que fazem com que a nossa vida mude ou tenha um rumo diferente em relação ao futebol. É completamente impossível estarmos a dizer isso. A única coisa, como já te disse, que se pode ver de um miúdo para o outro ou de um miúdo que se saliente dos outros é que tem mais jeito, tem mais habilidade, porque de resto há tanta coisa que vai mudar até aos 20/21 anos que é impossível dizer isso.

Eu próprio, sinceramente, nunca pressionei o meu filho para jogar futebol. Até na maior parte das vezes o desencorajo para jogar futebol, porque não quero que passe pelas coisas negativas que eu passei. Mas também não quero que as pessoas pensem que eu sou uma vítima do futebol ou que o futebol só me trouxe coisas más. O futebol trouxe-me coisas muito boas na

minha vida, eu fiz coisas no futebol que acho que mais ninguém que não esteja ligado ao futebol teve a sorte de fazer o que eu fiz. Percorri o Mundo inteiro com o futebol, conheci tudo e mais alguma coisa, tive experiências fantásticas, ganhei coisas incríveis pelo futebol, conhecer culturas completamente diferentes. Eu digo a toda a gente quando me perguntam como foi a minha carreira no futebol? Digo que foi uma carreira engraçada, não foi uma carreira brilhante, nem foi uma carreira má, foi uma carreira engraçada. Deu para ter as minhas coisas, deu para conhecer algumas coisas. Agora quando me perguntam se estou magoado com o futebol? Acho que sim. Por isso é que tentei esquecer ao máximo possível o futebol.

Em relação ao meu filho, acho que ainda é muito novo para começar a jogar futebol. É muito novo para o meter em competição, porque acho que as pessoas que hoje em dia estão a frente dos escalões (escolinhas, infantis até iniciados, a partir de juvenis já se tem outro tipo de maturidade) já põem pressão nos miúdos, e é muito cedo para se pôr pressão numa criança. Estes treinadores levam muito a sério o futebol de escolinhas (como se estivessem a orientar os seniores). O meu filho esteve 2/3 meses nas escolinhas do Leça. Felizmente os do Leça não, conseguem ter um tipo de maturidade já suficiente para conseguirem distinguir as duas situações (o que é o futebol profissional e o que é o futebol de envolvimento com outras crianças). Porque eu acho que no futebol de escolas/infantis tu não jogas contra ninguém, jogas com as outras equipas (há colegas noutras equipas). É isto que é muito importante de frisar em relação ao futebol de escolinhas e há coisas muito mais importantes na idade deles do que ganhar ao Leixões, ao Boavista, dentro do próprio jogo há coisas mais importantes do que o ganhar, que é o saber estar dentro de um campo de futebol, saber respeitar os colegas de futebol, saber respeitar os, teoricamente, adversários, isso é muito mais importante. É mais grave uma criança que está a jogar futebol com outra dar um pontapé na perna porque vê os seniores, ou desrespeitar um árbitro, do que propriamente marcar um golo, acho que muito mais grave isto. Isso tem que ser ensinado. Isso é mais importante o treinador estar mais atento a essas situações do que propriamente ao golo que ele marca, ou a finta que faz. E acho que hoje em dia

já no futebol de escolas liga-se pouco a isso. Porque tu vêes que os melhores do Mundo neste momento são os jogadores que vieram de jogar na rua, jogar nos bairros, jogar descalço, de jogar como eu joguei, felizmente, fazer duas balizas com quatro paralelos e chutar contra as garrafas. As pessoas esquecem-se um bocado disto. É que o problema é que já comesças a ser rigoroso nas escolas. Depois acontece como, infelizmente, me aconteceu a mim, a partir dos 30/31 anos já jogas com um grande sacrifício, o que deve ser precisamente o contrário. Eu tive um treinador que para mim, não digo que foi o melhor porque não quero ser teoricamente puxa saco, mas foi um dos melhores treinadores que eu tive até hoje que foi o Carlos Queiroz que nos ensinava isso, rigorosos mas criativos ao mesmo tempo, dava-nos liberdade de fazer coisas que a maior parte dos treinadores nem sonham que se pode fazer.

Por mim o meu filho nunca vai ser incentivado para jogar futebol, pura e simplesmente é isso.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E2): Sinceramente não mudava nada. Se pudesse pedir, não é pedir, era para não me ter magoado aos 16 anos. Mas provavelmente se não me tivesse magoado também não tinha outras situações que me aconteceram muito boas. No meu percurso de formação não mudava nadinha de nada. Porque acho que em termos de formação devo ter sido o jogador mais feliz do mundo. Dos 10 aos 18 anos, provavelmente, fui dos jogadores mais felizes do mundo. Se não fui o mais, ninguém foi mais do que eu, foram iguais. Disto podes ter a certeza absoluta. Não mudava nadinha, nadinha, nadinha.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E2): É difícil. Mas a uns anos atrás era muito mais difícil do que é agora. Porque hoje em dia o futebol passa por uma crise económica muito grande e alguns clubes são obrigados a apostar na formação, porque não têm dinheiro. Optam muito inteligentemente pela opção de ser preferível ficar com um da

formação, que fez formação aqui, do que estar a ir buscar um jogador ao estrangeiro, pagar-lhe dez vezes mais e não saber realmente qual é o verdadeiro valor dele. Tens muitos exemplos de jogadores que no Brasil são uns craques fenomenais e chegam a Portugal têm que estar dez anos para se adaptarem ao futebol português.

Por isso em Portugal é muito, muito difícil atingir a excelência no escalão sénior. Porque os treinadores ainda têm muito medo em apostar em jogadores da formação. Acho que esta é a principal razão. Há pessoas que dizem que é por culpa dos estrangeiros, mas não, eles não pedem para vir para cá, apenas fazem a vida deles. Acho que é como os operários, muitos operários têm que emigrar para outros países para que? Para trabalhar. Os brasileiros, os argentinos, os italianos, os franceses, não vêm cá pedir para jogar futebol, alguém os vai contratar, e esse alguém que é? Os treinadores ou os dirigentes ou os empresários. Eu não culpo os jogadores de futebol de virem para cá, culpo quem os vai buscar, pura e simplesmente isso.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E2): Sim. Infelizmente fui operado cinco vezes aos joelhos. É muito, muito complicado, porque estamos a falar de cinco operações aos joelhos, duas delas foram, infelizmente, roturas totais de ligamentos (uma em cada joelho). De uma delas estive quatro meses e meio para recuperar, que é meia época. Da outra vês estive oito meses. Estamos a falar de duas épocas praticamente perdidas. Duas épocas no percurso de um jogador de futebol é muito tempo. Fora as outras em que uma envolvia dois meses, outra dois meses e meio. Estamos a falar praticamente de quatro épocas “perdidas” para recuperar, trabalhar no duro para recuperar. Isso quer queiras quer não influencia e muito. Até em termos de estado de espírito. Infelizmente, nos últimos cinco/seis anos da minha carreira fui operado três ou quatro vezes. Tudo isto começa a desgastar bastante, e influenciou-me também em termos de desgaste. Desgastou-me muito em termos psicológicos. E como te disse foi um dos factores que me levou também a abandonar. Porque desta ultima vez

que fui operado o médico disse-me: “tens duas hipóteses: continuas também a jogar futebol e chegas aos quarenta anos e tens que meter duas próteses ou andar de bengalas ou abandonas e chegas aos quarenta anos e consegues jogar a bola na rua e no parque com o teu filho” .Por isso é que eu nem pensei duas vezes para abandonar. Foi uma das tais razões que fez com que abandona-se a carreira de jogador profissional de futebol.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E2): Em tantos anos de futebol e em tantas entrevistas é a primeira vez que me fazem essa pergunta. Esta situação do divertimento aliado ao treino é muito complicada. Porque como tu sabes estamos a lidar com 23 homens completamente diferentes, estados de espírito completamente diferentes e é muito complicado. Por exemplo eu cheguei a ter treinos na selecção em que treinávamos com música dentro de um pavilhão, ensaiávamos jogadas com música. Mas estamos a falar de 16 jogadores (na altura eram 16 e não 18) com 15/16 anos que se encontravam de vez em quando na selecção. E estamos a falar de pessoas que vivem dentro do futebol, que sabem o que é o futebol. Imaginas o que é chegares a um clube na 2º B, Divisão de Honra, 3º Divisão, e tu estares a treinar com música. Diziam logo que o treinador era isto, o treinador era aquilo, que o treinador era indisciplinado, que não queria saber dos treinos, que andava a brincar com o clube, que o treinador estava a gozar. Não sei se estás a perceber? As vezes a situação não são os jogadores, os jogadores eram capazes de entrar naquele espírito, mas as pessoas ligadas ao clube de certeza absoluta não viam com bons olhos esse tipo de treino. Já faz alguma confusão as pessoas estares a treinar e ouvires uma gargalhada, como muitas vezes acontece que um colega cai ou um colega tem um jogada mais estúpida ou tropeça na bola, acontece e nós rimo-nos. Já isto cria confusão as pessoas. Portanto, para responder a esta pergunta, concretamente, eu acho que hoje em dia no futebol é impossível treinares e divertis-te ao mesmo tempo. Porque não estou a ver as pessoas com mentalidade suficientemente aberta para isso. E digo-te mais, há treinadores hoje em dia que tu nem podes falar num treino. Há treinadores hoje em dia que nem te deixam falar com o colega

ao lado.

Eu sinceramente acho que dentro de um treino há tempo para tudo. Um treino tem 90/100 minutos, duas horas para os treinadores mais malucos. Cheguei a ter três horas de treino em que se aproveitavam 30 minutos, as outras duas horas e meia era para esquecer. Já tive treinos de uma hora brilhantes, com grande intensidade. Hoje em dia o que interessa é o curto e rápido ou curto e intenso. Hoje em dia já não se joga como a vinte anos atrás. Já não é 100 a hora, isso era antigamente, agora é 200 a hora. Tu vês que hoje em dia se trabalha mais questões técnico-táticas do que propriamente as coisas que se treinava antigamente, que era o treino individual, que era ensinar a passar, que hoje em dia fazia muita falta, porque tu vês as posses de bola e os tempos de jogo reais e em noventa minutos jogas 35, 40, o que já é um grande jogo. Hoje em dia faz muita falta o treino técnico/individual. Muito raramente se vê isto. Só se vê na televisão quando Porto, Sporting e Benfica estão no início de treino, porque é quando as televisões estão a filmar. Quando a televisão vai embora eles levam com grande intensidade de treino. Hoje em dia faz muita falta o que fazia o Queiroz, os treinos dos sectores. Cada sector tem um tipo de treino diferente.

No treino há tempo para tudo. Sou apologista de que em tempo real de treino não pode haver divertimento. Hoje em dia e cada vez mais o jogo é o sinónimo do treino. As pessoas quer se capacitem ou não, só sai bem uma coisa num jogo se for treinada muitas vezes num treino, repetição. Hoje em dia o que faz com que um jogador seja melhor são as batalhas individuais. Hoje em dia o futebol ganha-se em batalhas individuais, em despiques individuais. O eu ser melhor do que tu naquele espaço, na tua zona do terreno tenho que ser melhor que tu. Hoje em dia as equipas encaixam-se tanto umas nas outras que 90% dos teus duelos são sempre com o mesmo adversário.

Nós nos tempos de selecção com o Carlos Queiroz tínhamos uma folha sobre o jogador que cada um ia encontrar pela frente. Nós tínhamos treino de vídeos onde cada um tinha um caderno onde vinha o drible do oponente, o tipo de marcação, as movimentações. Estudávamos aquilo durante 20/30 minutos, ele metia o vídeo e comprovávamos. E era certinho. Praticamente quando te

encontravas no duelo com o adversário já sabias a maior parte das coisas, não sabias tudo porque o futebol é improvisado. Estamos a falar de a vinte anos atrás, não é a dois dias, nem a três semanas, nem a um ano.

Não sou apologista de divertimento no tempo real de treino. Sou apologista de que quando tens os tempos mortos (beber água, os alongamentos), que são importantes, dá para ter um tipo de relacionamento diferente com o colega. Por exemplo, tive outro treinador também muito bom, o Carlos Manuel, que fazia isso. Tínhamos meia hora, antes do treino, de lazer que era incrível, uma camaradagem impressionante. Ele reunia-se connosco no circulo central do campo, estávamos ali meia hora na palhaçada, anedotas, brincadeiras, encharcados, tudo e mais alguma coisa. Ele dava o treino numa hora, hora e dez minutos, máximo dos máximos, mas naquela hora e dez nem água, nem alongamentos, só havia o troca de exercícios. Acabava a hora e dez podias mandar garrafas, encharcar os colegas, mas aquela hora e dez era sagrada. Era como o Queiroz. Como o Queiroz para a palhaçada não havia ninguém, mas dentro da palhaçada respeito. Mas quando era para trabalhar era para trabalhar mesmo, só se sai do treino quando as coisas saíssem como a gente queria.

Não sou apologista de divertimento no horário de treino, no momento de treino.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E2): Hoje em dia há uma coisa muito importante que não havia a vinte anos atrás. Antigamente só treinava melhor o Porto, o Benfica e o Sporting. Porque a 30/40 anos atrás só estes três clubes é que treinavam todos os dias, os outros só treinavam três vezes por semana. Hoje em dia o futebol não se passa assim, hoje em dia só não treina bem quem não quer ou quem é burro. Porque hoje o treinar bem está ao alcance de toda a gente, com a internet, com os livros, com as entrevistas. Se tiveres dinheiro e conhecimentos podes ir estagiar um mês para o Inter de Milão e, praticamente, num mês não vês tudo, mas vês muita coisa. Os treinadores, mesmo que digam que não, têm um

esquema de treino base onde depois têm variantes. Portanto, eu felizmente sempre tive bons treinadores em termos de campo, tive essa felicidade. Pessoas que entendem o futebol. 90% dos treinadores que tive treinavam sempre bem e com qualidade.

Eu acho que há duas fases muito importantes em relação a minha carreira de treinos. Foi as camadas jovens, que é um trabalho muito mais de aprendizagem, é um trabalho mais individual, a tal situação da técnica individual, o domínio de bola, o passe, aprender a estar em campo, que muitas vezes faz muita falta ao jogador aprender estar em campo, porque isto não é só dizer tu és trinco, metem-te ali no meio e tu tas ali, não. Por isso é que o Costinha foi considerado dos melhores trincos do mundo, não porque era um craque, mas sim porque realmente era um jogador que sabia estar em campo. Vai ao encontro daquilo que te falei, não era um jogador por ai além, mas que na sua posição não me lembro de muitos no mundo melhores que ele (na era dele).

Como te digo são duas fases diferentes, é a fase de aprendizagem e a fase de rendimento. Não estou minimamente de acordo em se fazer treino de duas horas e meia. Não tem lógica, não tiras aproveitamento. Não estou de acordo em fazer treinos de conjunto a campo inteiro, porque são treinos que não têm intensidade nenhuma. Estamos a falar de 22 jogadores em campo inteiro onde, as vezes, o extremo direito toca três vezes na bola, o defesa central da equipa titular toca duas, porque a bola não chega lá. Sou muito mais de acordo em pegar nesses mesmo 22, meio campo e dar intensidade. Em vez de ser dois períodos de meia hora, podem ser dois períodos de 15 minutos, mas com grande intensidade. Ou jogar com apoios, onde a bola nunca vai fora, alta intensidade.

Para mim o futebol caminha cada vez mais para isso, curto e intenso. Porque quando eu comecei a jogar futebol é que dava para se jogar de uma forma mais pausada. Estou totalmente de acordo que os treinos sejam intensos e têm que ser obrigatoriamente intensos. Até porque hoje em dia não vê jogadores lentos.

Eu tive a felicidade e a infelicidade de muito cedo jogar ao mais alto nível,

jogar em alta competição. Como já te disse fui internacional aos 13 anos e ao ser internacional engloba ser jogador de alta competição. Por isso posso dizer que a intensidade a que fui submetido foi muito elevada. O que me prejudicou. A intensidade foi correcta para o nível de exigência que se procurava, porque estamos a falar da selecção. E mesmo em termos de clube, porque o Porto onde entrava tinha sempre que ganhar. Penso que isto me prejudicou em termos de futuro, porque cria um desgaste muito grande. Em termos psicológicos, em termos mentais cria um desgaste muito grande.

Hoje em dia não é fácil um jogador de alta competição estar sujeito aquele tipo de pressão, aquele tipo de intensidade, aquele tipo de desgaste, dá cabo de um jogador, podes ter a certeza absoluta. São estágios, passar natais longe da família, passar aniversários sem a família. Envolve situações muito complicadas que realmente aqueles que são muito bem remunerados ultrapassam, não com alegria, mas com menos dificuldade, o dinheiro não compra tudo mas ajuda a ultrapassar certas dificuldades. As primeiras férias que tive foram aos 19 anos de idade. De resto passava na selecção, no Porto, em estágios. Eu passei três passagens de anos seguidas fora de casa, cheguei a estar um mês sem meter os pés em casa. Estive 31 dias no Japão e 28 dias na Venezuela.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E2): Eu acho que na nossa vida, ainda por cima na carreira de jogador de futebol, estamos sempre numa fase de crescimento, tanto como jogadores, como pessoas. Eu acho que estamos sempre a crescer. É lógico que até uma certa idade crescemos muito mais rápido, ou aprendemos, assimilamos muito mais coisas, porque como sabemos pouco aprendemos muita coisa ou conseguimos aprender muita coisa e muito rápido.

Eu senti que a dada altura da minha carreira não estava a progredir. Não é que tivesse pouco para aprender, porque ainda tenho muito para aprender no futebol. Partilho um bocado da opinião daquele que dizem que é o melhor treinador do mundo, eu acho que estamos sempre a aprender. Em determinada

fase da minha carreira senti que não estava a evoluir o suficiente para melhorar a minha performance. Quando cheguei a divisões inferiores, a partir dos 28/29 anos, senti que tudo aquilo que eu acrescentasse podia melhorar a minha performance, mas não melhorava nada que me desse garantias que iria ser melhor jogador.

Desde que quebrei a minha ligação com o Porto (com 23 anos) senti que muito dificilmente iria jogar no Porto, ou que ia voltar ao Porto, ou que muito dificilmente iria chegar a um clube grande. Como consequência disto senti que a minha performance nunca iria ser aquilo que eu estava a espera, aquilo que idealizava de mim.

A partir dos 22/23 anos ou és ou não és, apesar que agora já há jogadores que vão parar o Porto com 29/30 anos, mas são casos extremos.

Também comecei a dar muitos tiros nos pés, as tais opções. Foi o conjunto de essas coisas todas que me levou a pensar que dificilmente ia evoluir muito mais que aquilo que estava naquele momento. Estava na primeira divisão, na Académica que é um clube normalíssimo e que dificilmente iria atingir um nível muito superior aquele.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E2): Vai-te parecer ridículo, porque tive muitas, mas a que mais gozo me deu foi subir de divisão no Leça (da 3^o divisão para a 2^o B). Não foi ser campeão da Europa, nem ser campeão nacional pelo Porto, nem ganhar tudo e mais alguma coisa. Foi subir de divisão no Leça.

Foi por toda a gente dizer que não conseguíamos. É quase como as crianças, quando dizes que não elas não desistem até conseguir, o fruto proibido é o mais apetecido. E foi isso.

Podia dizer que fui campeão da Europa, mas toda a gente ia dizer que era só mais um. Agora titulo que mais gosto me deu foi ser campeão pelo Leça e subir de divisão. Porque toda a gente nos dizia, a mim e ao meu pai (na altura o meu pai era treinador e eu capitão) que não iríamos conseguir. Estava tudo contra nós, até muitos sócios do Leça estavam contra nós. Era árbitros,

era adversários, era sócios, era tudo e mais alguma coisa. Toda a gente nos dizia que não tínhamos hipóteses, que não iríamos conseguir, que não dava, que dificilmente, que era impossível e a gente andou, andou, andou, trabalhamos, trabalhamos, trabalhamos e chegamos ao fim ficamos em primeiro, subimos de divisão, toda a gente nos abraçou, deram palmadas nas costas.

Parece ridículo porque foi com 31 anos, mas foi, sinceramente, a vitória que mais gozo me deu em toda a minha carreira como jogador de futebol.

Isto que te disse agora foi em termos colectivos. Agora em termos pessoais foi ter conseguido recuperar das cinco operações. Ter conseguido recuperar e voltar a jogar após cinco operações. Esta foi a minha grande vitória pessoal, vitória minha mesmo. Vitória desportiva foi subir de divisão no Leça. A minha vitória pessoal como homem, como ser humano, foi conseguir sobreviver a cinco operações e voltar a jogar. Porque mais uma vez muita gente me disse que eu não era capaz de recuperar. Em duas dessas operações recuperei sozinho, sem o apoio de ninguém, só do meu pai e dos meus filhos. Isto fez com que me aplicasse muitíssimo. O doutor dizia “isso vai demorar um ano” e eu não, vai demorar quinze dias. Sabes que a recuperação de uma lesão ao joelho é por etapas, cada etapa tem o seu tempo. O doutor dizia-me “tu só vais largar as muletas aos quinze dias” e eu não, passado uma semana já me defendia, “só vais andar passado um mês” e eu não, passado quinze dias já andava, “só vais dobrar a perna passado um mês e meio” e eu não, passado um mês já estava a dobrar. Uma lesão que demorava quatro meses para recuperar, num mês e em três semanas já estava a jogar, não é a treinar, a jogar, num mês já estava a treinar normal. Eu tinha uma coisa muito boa, tinha um espírito de sacrifício enorme. Joguei com roturas, joguei com meniscos partidos, joguei com hérnias, joguei com contracturas, joguei com tudo e mais alguma coisa. Os médicos obrigaram-me a assinar autorizações para jogar, porque não me queriam deixar jogar, eu assinava e jogava. Isto tudo na terceira divisão, não na primeira. Estive 2/3 semanas sem treinar, sem fazer nada, todo ligado joguei o jogo da subida de divisão. Tive uma hora e um quarto a ser massajado para poder jogar, os outros a aquecer dentro de campo

e eu no balneário, nem aqueci. Joguei os noventa minutos, ganhamos 2-1 e subimos de divisão.

Estas são as minhas grandes vitórias. Os títulos são a nível colectivo. Agora as minhas vitórias individuais foram muitas lesões que consegui ultrapassar, umas bem outras mal, mas consegui ultrapassar. O resto é para ter em casa, na montra.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E2): Não.

Anexo 5: Entrevista 3

Porto, 25 de Março de 2009 – 09h30.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 3 (E3): O prazer de jogar futebol e a possibilidade de poder ser profissional.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E3): É uma sensação muito especial. Algo sempre bom. Pois de cada vez que escutava o hino nacional sentia um arrepio que aumentava a vontade de vencer.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E3): A habilidade natural e o facto de representar um clube que abre todas as expectativas de futuro aos jovens atletas.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E3): Sim, bastante. A aprendizagem só se faz com bons líderes e no futebol aprende-se todos os dias um pouco. Felizmente os treinadores que fui tendo foram sendo cada vez mais novos e com conhecimentos mais aprofundados a todos os níveis.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E3): Sim, influenciaram. Principalmente na passagem de júnior para sénior foram importantes, porque como era o ano de transição aconselharam a melhor saída para o início de uma carreira como profissional de futebol.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E3): As lesões foram o factor dominante, mas um pouco mais de profissionalismo também poderia ter ajudado.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E3): Claro. Eu vivi o futebol por dentro desde os onze anos. A par da escola, tudo o que aprendi e o que sou devo ao futebol. A prática desportiva ensina a conviver em grupo.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E3): A respeitar os colegas, a conviver em grupo, a ter a noção do que é ganhar e muitas vezes perder. A dar valor a pequenas coisas, porque numa fracção de segundo tudo o que sonhamos pode ruir, ou seja, uma lesão põem tudo em causa. O futebol é uma boa lição de vida.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E3): Pela minha mãe nunca tinha jogado futebol. Pelo contrário o meu pai era exigente e queria que atingisse resultados. Talvez pela vaidade de ter um filho profissional.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E3): Felizmente o meu percurso teve bons líderes e não estou a ver o que pudesse mudar. Talvez mudava as condições de trabalho que tive em alguns momentos da minha formação, mas actualmente já há bons relvados sintéticos, ou seja, muito melhores condições.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E3): Sim. Em Portugal os resultados imediatos são a prioridade. E para

um jovem se conseguir impor ou tem de facto muita qualidade ou é tapado por jogadores estrangeiros. Por vezes estes jogadores estrangeiros têm menos qualidade que os jovens portugueses, mas por outro lado têm mais experiência, logo menos risco para os treinadores.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E3): Bastantes. Hérnia discal aos vinte anos, duas roturas de ligamentos, várias lesões musculares devido a paragens prolongadas. Os músculos não estavam preparados para um esforço que muitas vezes era bastante forte.

Estas lesões foram talvez o principal motivo que não me deixou ir mais longe. Depois de vários meses (24) de paragem é muito difícil voltar a ter um rendimento elevado, pois os níveis físicos mais elevados são muito difíceis de atingir. E muitas vezes aos olhos dos outros parece que estás sempre limitado.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E3): Sim, claro. Aliviar os momentos de ansiedade e stress que se criam com os jogos e os treinos é muito importante. No entanto, em alta competição o divertimento tem alturas específicas e por vezes o divertimento em excesso leva a rendimentos menores.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E3): Penso que tive bons líderes em campo e com bons conhecimentos de futebol (enquanto jogo), mas um pouco limitados ao nível do treino físico. Ao nível do treino deve ter havido alguns erros na intensidade.

No que diz respeito a competição, a intensidade de jogo era bastante elevada.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E3): Sim. Depois de uma paragem prolongada temos a noção que o rendimento já não é o mesmo. Mais concretamente ao nível da velocidade de reacção e também na recuperação do esforço que é mais demorada, o que por vezes leva a lesões musculares devido ao cansaço.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E3): Conseguir voltar a jogar depois de quase dois anos parado é uma vitória pessoal. Mas as relações humanas, as vivências que temos fora e dentro dos relvados e que perduram todos estes anos quando se encontram jogadores que já não se via a muito tempo, são de facto os melhores momentos do futebol. Porque, perder e ganhar é desporto, mas as amizades são muito mais do que isso, e têm um valor enorme.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E3): Não.

Anexo 6: Entrevista 4

Póvoa de Varzim, 26 de Março de 2009 – 11h30.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 4 (E4): A minha meta, o meu objectivo era ser profissional de futebol. Ter a sorte de frequentar durante toda a minha formação um clube que na altura (continua a ser nos dias de hoje) era uma referência em termos de formação de futebol em Portugal, que foi o Sporting. Tive o privilégio de trabalhar talvez com os melhores treinadores a nível de formação e directores a nível de formação, o caso do Aurélio Pereira e Mário Lino, e treinadores inclusive. E o benefício também de por estar nesse lote de clubes com um nível de dimensão superior, poder ser internacional, poder conquistar troféus, ter mais visibilidade. Se calhar isto ajudou-me no primeiro patamar do futebol profissional. Portanto, poder subir de júnior para sénior e ter alguma visibilidade. Caso fosse um clube mais pequeno se calhar teria sido mais difícil.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E4): Para mim foi um orgulho enorme. O objectivo de qualquer jogador quando começa a jogar é chegar a selecção nacional, seja em que desporto for, seja no basquetebol, no futebol. Isso é um orgulho enorme, ainda para mais conseguir conquistar um título, receber medalhas de louvor por Portugal e aquelas medalhas de mérito desportivo. Guardo-as com muita felicidade e espero poder mostrar aos meus filhos e dizer “o pai conseguiu isto, espero que tu consigas muito melhor”. Toda a família fica orgulhosa de te ver ganhar um campeonato europeu.

Os meus pais ajudaram-me a conciliar os estudos com o futebol. Eu não morava em Lisboa e ia de transporte, eles iam-me buscar muitas vezes, o tempo para estudar não era muito. Aquela pressão dos pais com a escola existiu sempre, não me deixaram abandonar a escola, nunca me deixaram descurar isso.

Chegar a selecção é o reconhecimento. Claro que o meu sonho maior

era ser internacional A. Mas, já fico feliz de ter conseguido um bocadinho desse sonho, que foi ter conseguido ser internacional nos escalões de formação e ganhar alguma coisa.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E4): Primeiro acho que se deve ao trabalho. Da maneira que eu trabalhava, do carácter, a maneira de ser, a maneira de encarar as situações. Acho que não era ainda um adulto formado, era um homem, era um jovem, tinha 16/17 anos. Acho que não somos ainda adultos, maduros. Mas acho que o meu carácter e a minha maneira de encarar a vida e de encarar os treinos, encarar aquilo que eu queria, já era um bocadinho maduro, já tinha um bocadinho a noção do que queria do meu futuro. E acho que isso me ajudou a atingir esses objectivos.

Claro com boas qualidades, bons treinadores, alguma qualidade e acho que foi isso. Não houve nenhuma fórmula mágica.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E4): Primeiro influenciaram pela forma positiva porque eram grandes homens. Além de serem treinadores experientes também eram formadores. Portanto, formavam homens. Acho que um dos benefícios que eu tive na minha formação pessoal foi trabalhar com pessoas muito boas em termos educativos, em termos de formação. Porque, se calhar, eu passava mais tempo com eles do que com os meus pais. Porque eu saía de manhã para a escola as oito da manhã, depois saía da escola as seis da tarde, ia para o treino e chegava as onze da noite a casa, por isso, praticamente não via os meus pais. Era comer, dormir, levantar de manhã para ir para a escola. Eles saíam muito mais cedo do que eu. Os meus pais saíam as seis e meia, sete horas da manhã. Vivia praticamente sozinho, comia em casa dos meus avós, ia para Lisboa (eu moro em Almada) apanhava o autocarro, apanhava o barco, ia a pé até ao Rossio, depois ia de metro ou de autocarro, depois ia a pé de Campo Grande até ao estádio do Sporting e vice-versa. Os treinos eram as oito da noite, dez/dez e

meia, onze horas estava em casa, todos os dias, entrava as oito da manhã na escola. Portanto, acho que o papel deles foi fundamental na minha formação como homem e hoje continuo a dizer que devo muito da minha formação pessoal a eles e acho que beneficie muito com isso, se calhar noutra clube não teria tido este privilégio.

Em termos já de futebol profissional posso dizer que apanhei sempre treinadores com boa cultura humana, que olham para o jogador pela parte pessoal primeiro e para a parte atleta depois, por isso tive essa sorte. Tive muitos treinadores que me marcaram pela positiva. Acho que não é correcto da minha parte enumera-los e pôr nomes porque cada um tinha as suas qualidades depois em termos de treino. Estou a falar como pessoas, acho que eram pessoas com forte carácter e com boa qualidade humana. Portanto, no relacionamento, na transmissão de ideias, na aceitação do treino, já que a disponibilidade de um jogador as vezes não é sempre a mesma e eles tinham essa sensibilidade para isso e sabiam exigir quando tinham de exigir e dar a mão a palmatória as vezes quando as coisas não estão a sair bem e não há volta a dar, não somos maquinas.

Acho que também me fui moldando um bocadinho consoante ia tendo algumas experiências com alguns treinadores. Alguns vícios que se ganham na formação que vão-se perdendo, a gente ganha maturidade e ganha experiencia, e vai perdendo alguns vícios que se tem, ganha-se mais responsabilidade e talvez os treinadores tenham esse papel também. Nós vamos corrigindo os nossos erros ao longo da vida. Eu acho que um jogador profissional atinge a sua excelência muito próximo dos trinta anos, porque são as horas de treino, as horas de jogo, é isso que te dá a tua grande capacidade de decisão, e o saberes decidir melhor vem com a experiência. Claro que há jogadores que amadurecem mais cedo e claro que atingem o nível de excelência mais cedo. Agora em termos de nível físico é claro que têm muita influência, mas acho que um jogador que se cuide, que tenha uma vida cuidada, que tenha bons níveis de treino, acho que é muito próximo dos trinta anos que tem a sua melhor capacidade, momento de decisão, a frieza de decidir melhor é mais nessa idade.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E4): O futebol as vezes nem é sempre bem dirigido, nem sempre são boas influências. Tenho pena que em Portugal a cultura de dirigente seja o que é hoje. São pessoas que por norma não vivem exclusivamente do futebol, têm os seus empregos e depois dedicam o resto do dia que falta a tentar da melhor maneira possível e da maneira que eles sabem, se calhar nem formados para isso são, dirigir o destino do clube. A mim directamente não me influenciaram muito, não mudei a minha atitude, não mudei a minha forma de estar nem de treinar por alguma influência deles. Beneficiado nunca fui também, nunca fui muito de lidar com empresários, porque acho que na altura em que eu necessitava deles, talvez para uma promoção maior, tive o acompanhamento errado, fiquei nessa fase marcado por essa situação e nunca mais quis empresários. Foi a transição de júnior para sénior, na altura tinha um empresário, uma empresa de gestão de imagem desportiva que entrou em litígio com o Sporting na altura e eu não conseguia decidir o meu futuro porque eles estavam de relações cortadas. Na altura fui emprestado pelo Sporting, fui eu que resolvi, falaram comigo directamente e eu resolvi a minha situação sendo emprestado. O resultante desse último ano de contrato com o Sporting foi uma época excelente para mim, talvez uma das melhores. Depois no ano de empréstimo as coisas correram-me muito bem, tive um ou outro contacto para poder sair de Portugal para jogar e as coisas na altura não se concretizaram por pequenos detalhes, optei por ficar e no ano seguinte estava na primeira divisão. As coisas correram bem, houve um empresário que manifestou interesse em comprar o meu passe (hoje em dia não é muito normal, empresários comprarem passes), ele comprou o meu passe. Tive a infelicidade de nesse ano o clube descer de divisão. E quando eu precisei da ajuda dele para continuar, tinha 21 anos na altura, quando precisei da ajuda dele para não baixar novamente de escalão e tentar prosseguir a minha carreira de forma gradual e subir de nível não tive esse apoio, não tive essa possibilidade e as coisas correram assim. O contrato com ele acabou, ele investiu dinheiro e não o recuperou, as coisas correram mal nesse aspecto e depois novamente mais

dois anos na segunda divisão e as coisas acalmaram, não consegui novamente chegar a primeira divisão, não conseguimos subir. No momento em que poderia continuar na primeira liga não continuei, acho que foi esse o momento que me marcou. Portanto, consegui lá chegar, mostrar qualidade e depois descer de divisão influenciou, porque eu tinha mais uma ano de contrato na altura e tive-o o de cumprir na segunda divisão, mas se calhar com um empresário mais forte e com uma negociação melhor, um jovem internacional com um percurso engraçado na formação, se tivesse sido olhado com outros olhos, se calhar tinha conseguido manter um nível um bocadinho mais elevado, não estou a dizer que teria conseguido qualquer feito histórico, se calhar teria conseguido ficar mais anos na primeira divisão. A nível de direcção e dirigismo marcou-me a parte de empresário, a parte de director mesmo não me influenciou nada.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E4): Eu acho que no futebol conta muito a sorte, o momento, a possibilidade do momento. Se calhar não tive a sorte que outros jogadores tiveram, ou seja, no jogo x ou y fazer um grande jogo e estarem as pessoas certas a ver o jogo. A nível empresarial não ter sido uma aposta forte. Porque no primeiro e segundo ano de sénior quando joguei na equipa B do Sporting, nessa montra das equipas B não existia ligação. Existia as equipas B para tapar lacunas de colocação de jogadores. Se faltasse um ou dois elementos da equipa sénior eles não chamavam ninguém da equipa B, ia um júnior na altura. Acabava os contratos de júnior, havia 6/7 internacionais e não tinham a possibilidade de ficar no plantel sénior porque a aposta na formação não era clara, subia um jogador de vez em quando, era mais o emprestar. Eles arranjam a equipa B mais para descarregar isso.

Agora atribuir culpados, acho que o principal culpado, se calhar, foi também a qualidade do jogador. Se calhar se tivesse um pouco mais de qualidade. A gente olha para as equipas e diz “eu se calhar poderia estar ali”, mas todos os jogadores acham que tinham lugar nas suas equipas. A nossa

maneira de ver é um bocadinho egoísta e eu sei disso. Em qualquer equipa a gente diz “se calhar jogava ali” não é? Eu posso dizer que treinei muitas vezes com o plantel sénior do Sporting, mais do que uma semana seguida e achava que tinha capacidade para lá estar e ficar, mas eu sei que o futebol não é só desporto. O futebol envolve negócio, envolve dinheiro, envolve investimento, envolve tanta coisa. Se calhar na altura não era rentável para o clube.

Não sei, não há um factor só que possa dizer “eu não consegui atingir a excelência no futebol profissional por causa disto”, não há uma especificação própria. Há várias coisas que poderiam ter acontecido, a sorte, a visibilidade no tal jogo. Acho que um conjunto de situações que fazem com que os jogadores não consigam atingir. E joguei com muitos colegas em toda a formação que na altura eram grandes promessas e eram jogadores muito bons e acima da média, e que também não conseguiram sequer chegar ao futebol profissional. Nem estou a falar de internacionais A, nem clubes de primeira liga, estou a falar que nem sequer conseguiram passar das equipas amadoras e que tinham muita qualidade. Eu acho que consegui chegar ao futebol profissional e não consegui mais por vários factores. Também com a minha culpa, a minha responsabilidade com certeza. Se calhar a minha qualidade em termos físicos, técnicos e tácticos, quem dirigia na altura os clubes achavam que eu não tinha essa capacidade.

É difícil responder a esta pergunta porque na altura na tive lesões, a primeira lesão que tive foi já aos 23 anos, portanto já tinha cinco anos de sénior. Não foi a lesão em si, porque já tinha jogado na primeira divisão sem a lesão. Penso que se calhar com essa lesão (fiquei sem jogar mais de meia época) possa ter ficado em desvantagem em relação a outros jogadores. Além da minha qualidade e da minha capacidade de treino e a visibilidade não estou a ver outro motivo que possa ter influenciado. Porque a minha vida social sempre foi exemplar, nunca ninguém teve nada a apontar em relação a isso. Não faço uma vida anormal. Portanto, acho que não tenho uma explicação lógica, mas posso dizer que foi o acumular de varias situações.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação

como pessoa? Porquê?

(E4): Ajudou muito, porque como cresci fora de casa o futebol ajudou-me muito na minha formação. O futebol ajudou-me a crescer como pessoa, a mostra-me os caminhos certos, a dar valor a algumas coisas, ajudar o colega, o respeito em grupo, respeitar os outros e ter atitudes certas e correctas para com as pessoas. Ganhar ou perder é desporto, mas tentar sempre ganhar, não era só jogar por jogar. Isso era respeitar o colega e acho que isso passa para a nossa vida. Portanto, tentar ganhar, tentar ser melhor, mas saber respeitar os outros, acho que é uma das coisas que fica. E depois o viver longe dos pais obriga-te também a amadurecer um bocadinho mais cedo, temos que nos desenrascar na vida e ir sozinho para Lisboa que é a capital, não estamos a falar de uma província com meia dúzia de pessoas. É muita gente, é muito stress e eu era um miúdo, é claro que não havia os perigos que há hoje, estamos a falar de a 15 anos atrás, não existia a criminalidade que há agora. Claro que havia outros problemas na altura e a gente tinha que os contornar, era um miúdo e tinha que arranjar soluções para eles. As vezes andávamos em grupo, porque havia mais gente na zona onde eu morava, havia mais gente que ia para o treino, íamos juntos e vínhamos juntos, criávamos um espírito de camaradagem diferente. Coisas que hoje em muitas zonas perde-se o espírito de camaradagem, as amizades das zonas, dos bairros, daquele dia ir jogar a bola com os amigos. Hoje vê-se pouco, a malta gosta mais de ficar em casa a jogar na internet e nos computadores, e esquece-se um bocadinho dessa entreaajuda, do partilhar coisas.

Acho que foi bom. Gostei e repetiria tudo novamente. Não mudava nada daquilo que fiz até hoje.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E4): Aprendizagens da vida. Saber viver, saber estar, saber partilhar, saber compreender, espírito de camaradagem, solidariedade com alguns colegas (quando se passa dificuldades). Acho que também crescemos um bocadinho com as dificuldades. Acho que as pessoas amadurecem e

conseguem ter um bocadinho mais de sentido do que é a vida e do que é que realmente estamos aqui a fazer, quando passamos por dificuldades. Não é quando se está bem que se vai ver a realidade dos nossos amigos e do que as pessoas pensam de nós. Quando estamos mal vemos aqueles que nos apoiam, nos dão a mão e que dizem “continua que tens capacidades para isso, que mereces melhor. Ai é que vemos a nossa qualidade humana, porque quando se está bem as palmadas nas costas são constantes, não há distinção, toda a gente acha que estás bem e que és o maior e vai correr tudo bem, agora quando estás mal é que se nota o apoio e o carinho que as pessoas têm por ti. Se fores boa pessoa, se fores respeitado e se as pessoas tiverem consideração por ti é nesses momentos que se vê.

Não me posso queixar do que ganhei com o futebol. Fui privilegiado. Estive em muitos países, conheci muita gente, joguei contra variadíssimos clubes a nível mundial, fui aos continentes todos e acho que tive uma aprendizagem rica. Gostava que os meus filhos tivessem a aprendizagem que tive. Acho que se, nos dias de hoje, conseguissem ter essa aprendizagem seriam uns privilegiados. Porque eu acho que olhando ao que vejo eu seria incapaz de deixar um filho meu ir daqui para o Porto, por exemplo, estudar sozinho com doze anos e uma mochila as costas. Na minha altura eu ia, mas nos momentos que estamos hoje, primeiro não sei se os meus filhos vão ter essa capacidade que tive na altura para decidir que vou e vou, e quero ir e vou. Acho que os miúdos agora têm tudo muito facilmente. As vezes tento perceber um bocadinho o que não lhes devo dar para eles tentarem conquistar isso, mas o meio social onde eles estão inseridos se não sentirem esse apoio dos pais pensam que são marginalizados pelos pais. Porque os outros têm, e eu não tenho porquê? O meu pai não gosta de mim. E antes não era assim, se eu queria tinha que ir atrás Tudo o que tenho hoje foi derivado ao meu trabalho, mas também porque os meus pais me mostraram que se eles me tivessem dado eu não tinha lutado tanto como lutei até hoje e agradeço-lhes a eles também por isso, por me fazerem ir atrás das coisas que quero. Se calhar não tinha a formação que tenho hoje.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E4): Não. Nunca, em termos desportivos nunca me pressionaram, nunca me exigiram. Sempre foi a pressão, que não era uma pressão exagerada, para estudar. Em termos desportivos não. Era o estudar, não abandonar a escola, terminar o 12º ano, entrar na universidade, isso sim. Agora em termos desportivos não. Também se calhar sentiam que eu me empenhava para conseguir, eles sempre me apoiavam nisso. Não posso dizer que me tivessem pressionado. Podem-me dar uma opinião no fim de um jogo “olha podias ter feito isto ou aquilo”, mas como pais, não como treinadores, porque o meu pai e a minha mãe não tinham formação sequer para me dizer em termos de futebol o que teria de fazer. Era mais o ver na televisão e não tinham muita formação de futebol.

Acompanhavam-me sempre, mesmo as vezes fora, longe, no Algarve, na Madeira, torneios internacionais, as vezes iam, aproveitavam e tiravam férias e iam. Eu lembro-me que os meus pais foram ao campeonato da Europa que fizemos na Bélgica (fomos campeões europeus). Os meus pais foram para lá os quinze dias, estiveram os quinze dias lá, eles e mais pais fizeram uma comitiva e foram todos, foram de férias. É claro que é um apoio enorme, sentir que na bancada estavam 100 pessoas que eram nossos adeptos, eram as nossas famílias, dava um apoio enorme estarem ali perto de nós, poder estar com eles mais vezes, de dois em dois dias estar um bocadinho com eles. Tudo isto foi importante, porque éramos miúdos, sentir que estamos em casa, sentir que estavam orgulhosos de nós. As vezes conseguíamos um bocadinho mais de motivação e de empenho.

Nunca me castigaram ou proibiram de jogar porque não facilitei nesse aspecto.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E4): Na altura, quando tinha onze anos, só tinha duas alternativas. Depois de jogar um ano no clube da minha terra, o Beira Mar de Almada, que

era completamente amador, com treinadores amadores, com o nível mais fraco, não vou dizer que eram maus treinadores porque cada um tem a sua ideia, condições de trabalho péssimas, surgiu a oportunidade de poder ir para o Sporting. Só me questiono de uma coisa: se eu tivesse feito a formação talvez num clube mais baixo, no Vitória de Setúbal por exemplo, num Belenenses, será que se eu tivesse chegado a júnior num desses clubes como alguns dos meus colegas da selecção que eram de esses clubes conseguiram ficar no plantel na altura quando subiram a seniores. É a única questão em termos de formação que tenho no ar. Porque subir a sénior no Sporting não é a mesma coisa que subir a sénior num Vitória de Setúbal, num Belenenses. Resta saber também se eu jogando no Setúbal ou no Belenenses conseguiria chegar a selecção nacional, visto que é muito mais difícil a visibilidade, ao contrário de um clube que era campeão nacional em todos os escalões, e que luta sempre para ser campeão, e se calhar o Setúbal e o Belenenses não tinham essa visibilidade. É a única questão que não consigo responder, se seria diferente no futuro. Em termos de formação não mudava nada. Na altura estive no melhor, fui campeão mais vezes que os outros todos. Não me posso queixar muito, repetiria tudo novamente.

Só fica a dúvida de se tivesse conseguido o mesmo percurso num clube com um nível não tão elevado como o Sporting, se na transição de júnior para sénior conseguiria ter ficado no plantel principal.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E4): Hoje em dia com esta chamada crise o nível do futebol baixou, em relação a dez anos atrás ganha-se menos dinheiro. Não estou a falar do nível de top mesmo (Manchester United, Chelsea, esses clubes que pagam milhões). Agora no futebol em geral (no Varzim, no Campomaiorense, Chaves, Felgueiras) a dez anos atrás ganhava-se muito mais dinheiro do que se ganha agora e os investimentos em jovens não eram tantos. Agora com a diminuição de vencimentos, diminuição de capacidade de infra-estruturas, aposta-se mais na formação dos miúdos e é normal que seja mais fácil atingir a excelência em

escalões jovens. Tenho o exemplo este ano que estou num clube que de nível médio, acho que o Varzim é ainda um clube respeitado em Portugal e com tradição, com muita formação, saem muitos jogadores daqui da zona Póvoa de Varzim/Vila do Conde. Há muitos jogadores que são daqui a rodar por Portugal inteiro. Noto que se aposta mais em jovens, porque nós aqui temos muitos jovens também. Agora os clubes apostam mais em jovens, o Benfica, o Sporting e o Porto apostam mais em jovens. Acho que é também a descaracterização do futebol, as pessoas começaram a ver agora que o futebol não pode ser vinte estrangeiros numa equipa. Começam a ver que é necessário ter mais jogadores portugueses e mais jogadores novos que vêm da formação. Obrigatoriedade de ter um x numero de jogadores por plantel. Antigamente não existia isso e era muito mais difícil subir a sénior. Acho que agora é mais fácil.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E4): Sim. Muito. Penso que as lesões graves afectam sempre a carreira de um jogador, porque ficar quase um ano sem jogar, na carreira de um jogador que é curta (quinze anos de futebol), é muito tempo. Se tivermos duas lesões graves, por exemplo como eu tive, é muito mau, são quase dois anos sem competir. Fisicamente posso afirmar que não sinto diferenças, tive sorte de recuperar bem. Agora sei que a nível de visibilidade para quem não percebe nada disto (quem não percebe nada de lesões, futebol) fico sempre marcado pelas lesões que tive, as pessoas pensam: “este jogador esteve parado, teve uma lesão, esteve muito tempo parado, será que está em condições, será que não está? Acredito que tenha influência em futuras contratações. É normal que um jogador que tenha ficado seis meses sem jogar no ano a seguir o treinador quando vai tirar informações do jogador pensa “este jogador esteve seis meses parado, porquê? Que teve? Será que o rendimento vai ser novamente o que era? Há treinadores e dirigentes que têm receio de contratar um jogador pós-operado, com uma fase de recuperação muito longa, têm dúvidas da sua capacidade física. Acredito que tenha muito influência, eu acho que a mim

influenciou, directamente nunca ninguém me disse, mas acredito que nos pensamentos das pessoas isso tinha algum peso. Na lista de possíveis compras ou aquisições que eles olhem a tudo, número de jogos e depois de uma lesão grave é normal que o teu número de jogos não seja muito grande. É capaz de ter influência nos contratos, no valor dos contratos.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E4): Penso que o segredo de treinar bem é conseguir motivar os jogadores para o treino. Acho que fazer as coisas por obrigação é capaz de resultar o primeiro mês, porque a gente sabe que fisicamente tem que fazer as coisas, a chamada pré-época. Sabemos que tem que ser para o nosso encaminhamento seguro, dá-se mais ênfase a alguns aspectos que depois durante a época são diferentes. Acho que quando um jogador sente alegria no trabalho, as coisas saem completamente diferente (para melhor) do que fazer o trabalho por obrigação, e acho que é no futebol como em outras áreas. Quando uma pessoa é obrigada só faz aquilo que lhe pedem e não se transcende, não faz mais do que aquilo. Ainda para mais o futebol não é nenhum trabalho matemático nem rígido, é uma coisa completamente aleatória. Podemos ter as melhores qualidades técnicas, físicas e tudo, mas se a cabeça não andar, se a cabeça não pensar bem as coisas não vão sair bem e acho que é fundamental um jogador ter alegria no trabalho. Alegria, entusiasmo, demonstrar isso durante a semana, penso que é fundamental e ao domingo mais ainda. É um prazer enorme quando a gente chega ao domingo e vê uma equipa jogar a bola com alegria, com prazer de ter a bola, a melhor coisa que um treinador pode ter é isso.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E4): Isso tem muito a ver com o treinador, com o líder que cada um apanha. Há treinadores que privilegiam um ritmo de jogo mais baixo, porque as características, na ideia deles, a equipa tem umas características diferentes, não pode jogar a um ritmo muito elevado. Há treinadores que querem um ritmo

elevado durante todo o treino. Há treinadores que fazem um intermédio, alguns exercícios que têm um ritmo bastante elevado, noutros exercícios gerem de maneira diferente. Eu acho que isso tem a ver com algumas situações de treino como: para que serve o treino? Qual é o objectivo do treino? Se é aperfeiçoar situações tácticas no início tem que se fazer as coisas com calma, não se pode pedir as coisas com uma intensidade muito grande, porque no início estas a assimilar ideias. Não podes fazer as coisas a 200 à hora, porque depois as coisas não vão sair bem. Acho que primeiro tens que saber aquilo que queres, treinar ao ritmo que os teus jogadores estão a conseguir para perceberem o que é que querem fazer e quais são as ideias. A partir daí começar a meter ritmo e as coisas vão começando a sair naturalmente. Mas acho que no futebol actual uma equipa tem que ter uma intensidade de jogo elevada, os jogadores têm que ter uma rotação elevada, porque cada vez mais se treina melhor. Uma equipa da 3ª divisão já treina tão bem quase como uma equipa da primeira, treinam bem. Os treinadores estão mais informados, a qualidade dos jogadores é maior, a disponibilidade física. Já se estuda muito melhor a parte física do desporto e as pessoas vão mais a frente já. Antigamente era correr a volta do campo, subir bancadas e agora já não é assim. O nível de treino está muito evoluído em Portugal, está a subir bastante. Até na parte jovem já se treina de maneira diferente. Antigamente metia-se também miúdos a treinar em sítios desapropriados, eu lembro-me na altura que havia colegas meus que jogavam noutros clubes e diziam que tinham ido para o mato, para o cimento, e hoje já se tem cuidado com isso. Estamos a evoluir nesse sentido e muito bem. A intensidade de jogo é tal que as equipas são obrigadas a treinar com muita intensidade, senão ao domingo não tem hipótese.

A mim sempre foram exigidas intensidades máximas, porque no Sporting joga-se sempre para ganhar, joga-se sempre para assumir o jogo, é sempre para ganhar, portanto a intensidade é sempre alta. Internacionalmente, selecções idem, a pressão do jogo é sempre para ganhar, é sempre a intensidade máxima. Os clubes por onde passei, derivado a sua cultura, foi sempre pedido empenho total, não há meios-terminos. Quem vive do futebol profissionalmente não pode exigir um meio-termo, não se pode resguardar.

Hoje vou correr menos para amanhã correr mais, não há hipótese. São 25 jogadores a querer jogar e quem adormecer salta fora. Atenção que isto é a minha opinião, porque sabemos que há treinadores que preferem um jogador que treine menos, mas que ao domingo consiga com um intensidade mais baixa resolver mais os jogos, do que outros que andem no máximo que tem e se calhar não chegam lá. Na minha opinião, quem conseguir trabalhar em alta intensidade e der o máximo de si tem mais probabilidade de conseguir atingir o seu sonho.

Não tive cargas exageradas, anormais, porque tive a sorte de trabalhar com pessoas que a nível nacional sabiam aquilo que estavam a fazer. A nível de formação trabalhei sempre bem, não houve exageros. Não houve o carregar colegas as costas, nem a subir bancadas, nem ir para o mato correr três horas, nada disso. Trabalhei sempre certo, não houve exageros.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E4): Por esses momentos todos passamos. Todo o jogador tem essas fases menos boas de quando as coisas não estão a sair bem, principalmente após as lesões. Temos sempre essa ideia de que não vamos conseguir lá chegar outra vez. Eu pelo menos estive duas vezes em essa situação e as limitações físicas são tantas após uma lesão grave que questionamos mesmo será que eu tenho força para voltar? E capacidade para voltar outra vez a jogar? Já não estou a dizer jogar a alta rotação novamente. Só queremos pegar na bola novamente e poder correr sem dor. E as vezes questionamos muito: será que sou capaz? Passei por isso duas vezes e também cresci como pessoa porque sofri muito nessa fase. Tive o apoio da minha família, logicamente, e dos meus colegas. Os treinadores, na altura, também foram exemplares comigo. O departamento médico também nunca me deixou ficar mal, mas acho que o segredo passa pela força de vontade de cada um em querer recuperar dessas situações. Se tivermos uma mentalidade forte, se definimos objectivos e timings para conseguir lá chegar. Ter os bons exemplos, portanto, este jogador conseguiu fazer isto, conseguiu recuperar desta lesão neste tempo,

vamos tentar também conseguir. Tentar ter essas metas e trabalhar para isso. Agora todos os jogadores têm essas fases más, é inevitável. Se os avançados estiverem 4/5 semanas sem fazer um golo as coisas começam a ficar negras e a baliza fica do tamanho de uma baliza de hóquei em patins. Começa a complicar, porque o psicológico conta muito. As pessoas que nos rodeiam também contam muito para tentar superar isso.

Para qualquer jogador que tenha um início de carreira como eu tive, o início de formação que eu tive e chegar aquele meio termo, 24/25 anos e sentir que cada vez é mais difícil chegar a um clube de top e conseguir estar nos centros das atenções a nível nacional poder ser falado todos os dias na televisão, nos jornais, estavas habituado a um ritmo de visibilidade diferente. Depois ver-te negado a isso, é uma frustração enorme. Na altura senti-me um bocadinho frustrado por não conseguir continuar a minha caminhada. É a mesma coisa que tropeçares e não te conseguires levantar totalmente. Também estive sempre ciente, derivado a minha formação, que nem toda a gente consegue atingir os objectivos a que se propõe. A vida dá tantas voltas, as estradas são tantas, as curvas são tantas, as opções que nós tomamos são tantas, são tantos jogadores, são tantos clubes, tanta coisa que mexe. O que fica é a tua dignidade, o teu trabalho, o teu carácter, a tua imagem no futebol. Fica mais os momentos que tu passaste, se estiveste bem, se foste coerente, do que chegar por isto, isto ou aquilo. Ninguém consegue dizer. Agora toda a gente fala que o Cristiano Ronaldo é o número um do mundo. Na altura que eu estava no Sporting o Cristiano Ronaldo ia no autocarro comigo, ia vestido para a escola e ficava atrás da baliza a dar toques. Ele se calhar não teve o nível escolar, nem o nível educacional dos pais, porque ele se viu privado dos pais muito cedo (é uma distância muito maior). Eu tinha os meus pais a noite, ele não tinha. A nível cultural e de escola, de formação não teve esse apoio, mas por outro lado abdicando da escola e só jogando a bola conseguiu chegar porque tinha umas qualidades muito acima dos outros. Eu também conheço três ou quatro nomes que tinham as qualidades dele e não chegaram lá, nem sequer ao futebol profissional. Agora arranjar um motivo para explicar o porquê de não terem lá chegado, não há ninguém que consiga dizer: “olha ele não

conseguiu por isto”, sei lá, não se dedicou ao futebol só, não ouviu os conselhos dos pais, não deixou o grupo de amigos da zona onde ele morava, eram más influencias. Um miúdo dessa idade entrega-se sempre ao treino, quer sempre treinar, quer-se divertir e normalmente treina sempre bem. Nunca vi um caso de algum colega com essa idade na formação que disse-se “olha eu não quero treinar” ou “não faço aquilo que me estás a dizer”. Isso tem a ver com sorte, não sei, não há uma explicação.

Quando tive a percepção que não iria atingir aquilo que tinha idealizado para o meu futuro como jogador de futebol continuei exactamente a fazer as mesmas coisas que fazia, continuei com o mesmo nível de empenho, com a mesma entrega ao clube e trabalho, exactamente igual. Porque, tinha a consciência que nem todos os jogadores podem chegar ao top, nem todos os jogadores conseguem ser os melhores do mundo, nem todos os jogadores podem jogar em clubes de primeira divisão, há jogadores que têm que jogar obrigatoriamente na segunda divisão, senão não havia clubes na segunda, só havia na primeira. Eu tinha essa consciência. Mas claro que na minha ambição, naquilo que eu queria, eu queria lá chegar, mas não consegui. Tenho pena por isso, na altura me senti frustrado, mas hoje em dia posso dizer que tenho orgulho daquilo que fiz. Não estou envergonhado por só ter chegado aqui, não tenho o mínimo de pudor em relação a isso. Foi aquilo que consegui, não precisei de ninguém. Foi com o meu mérito, foi com o meu trabalho e tenho muito orgulho nisso. Aquilo que tenho hoje, onde vivo, a família que tenho, tudo o que tenho foi com o meu trabalho e com o meu suor, ninguém me deu nada. Por isso tenho a consciência tranquila, não tenho problema nenhum com isso.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E4): Nós quando crescemos temos sempre um objectivo, qualquer criança diz “eu quero ser médico, eu quero ser professor”. Eu quando cresci achei que tinha capacidades e disse que queria ser jogador de futebol. E posso dizer que consegui. É um prazer poder viver, dar sustento a família através daquilo que se gosta. Eu continuo a dizer que ser profissional de futebol é a

melhor profissão do mundo. Eu gosto, sei que abdiquei de muita coisa, desde muito novo abdiquei de muita coisa. Posso dar o exemplo a nível escolar que abdiquei de tempos livres com os meus colegas, visitas de estudo, viagens de finalistas, essas coisas que a gente leva da nossa vida, que são as grandes recordações da escola, universidade, tudo. Abdiquei de muitas coisas dessas, jantares com os amigos, saídas a noite, concertos, espectáculos, essas coisas que um jovem normal, um jovem na sua adolescência vai fazendo normalmente. E eu não fiz. Sei que não tive esse privilégio, mas se calhar hoje vivo do investimento que fiz nesse passado. Eu tenho as minhas coisas. A minha casa, os meus filhos, os meus carros, pelo investimento que fui fazendo. Investi numa área, numa profissão que era aquilo que queria fazer e consegui. Não vou dizer que se calhar se tivesse sido dentistas ou veterinário se calhar também tinha tido um bom futuro. Com certeza que também iria ter um futuro pela frente, ia ser um empregado, um trabalhador normal. Iria ter prazer se calhar como tenho, mas não ia ter a felicidade que tenho de ter escolhido a minha profissão. Eu escolhi assim, eu quero ser jogador de futebol e consegui. É uma coisa que não está ao alcance de todos. Se toda a gente conseguisse isso era a maior felicidade que poderiam ter.

A minha maior vitória pessoal foi ter atingido o que queria. Eu trabalhei para ser profissional de futebol e depender só do futebol, ser só profissional de futebol e consegui. Claro que queria ter sido um profissional de futebol de um nível muito mais elevado, era esse o meu objectivo. Não consegui. Cheguei a um nível mais baixo, mas consegui. Ao nível que foi possível consegui entrar na profissão que queria e trabalhar naquilo que eu queria.

Basicamente repetiria tudo novamente. Dificilmente mudaria alguma coisa.

Poderia estar mais satisfeito se tivesse atingido um nível mais elevado, mas estou satisfeito na mesma porque atingi aquilo que me foi possível com o meu trabalho. Com a minha dedicação e sem ajudas. Até porque tenho o exemplo provado de muitos colegas meus que se calhar lutaram tanto ou mais do que eu e por alguma infelicidade ou outra não conseguiram viver exclusivamente do futebol. Continuam a jogar a bola por prazer como eu que

continuo a jogar por prazer, mas sou remunerado por isso e vivo disto. Tenho mais responsabilidades? Sim, levo uma vida privado de muitas coisas, mas vivo disto, é o meu prazer. Entrar em campo com a alegria de treinar todos os dias e é aquilo que eu gosto de fazer.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E4): Com a experiência que tenho neste momento posso-te dizer que sobem muitos miúdos a sénior que vêm com muitos vícios, maus vícios e maus encaminhamentos. Na passagem de júnior para sénior a humildade, a entrega ao trabalho e o respeito pelos mais velhos é um segredo muito grande para se conseguir alguma coisa. Eu lembro-me que quando eu subi a sénior, quando ia aos seniores era um respeito, uma coisa completamente diferente do que é agora. Os miúdos que agora sobem a seniores parece que mandam na cabina, mandam no treino, mandam em tudo. Respondem a toda a gente, sentem-se muito superiores ao que eu me sentia na altura. E eu na altura já era internacional, já tinha ganho troféus, estava numa equipa boa, já tinha algum nome e tinha um respeito muito grande. Era diferente. Não era como é agora. Os miúdos quando sobem a seniores em clubes como Porto, Benfica e Sporting têm um nível de egoísmo muito grande, pensam que são estrelas cedo de mais. Não sei se na formação, derivado a ganharem os campeonatos nacionais, pensam que já são alguém e depois quando se dá a transição para sénior a queda é maior e muitos deles não aguentam a pressão de não se verem em equipas que se calhar eles achavam que deveriam estar e planteis que se calhar eles achavam que deveriam estar. Acho que essa humildade só beneficia, no futuro, quem mantiver os pés bem assentes no chão e continuar a sua ascensão de forma gradual, não querer dar os passos maiores do que as pernas, só tem a beneficiar com isso. Porque quem se julga logo o Maradona e o Cristiano Ronaldo não tem muito benefício nisso e vão começar a ser postos de parte porque hoje em dia já não há jogadores que decidam os jogos sozinhos. Dificilmente um jogador sozinho decide um jogo. O trabalho em equipa cada vez mais é fundamental, e jogadores que olhem só para si

difícilmente os treinadores têm paciência para aturar essas coisas. Porque preferem um jogador que tenha uma boa entrega ao trabalho, uma boa cultura tática, uma boa entreaajuda com o colega. Dento de campo nota-se que a harmonia é diferente, do que jogadores que pensam que podem resolver o jogo sozinhos ou que não tenham as melhores atitudes para com os colegas, sejam mais dispersos no treino. Acho que isso é muito importante nos dias de hoje, ter jogadores com essa mentalidade e essa humildade para singrarem no futuro.

Anexo 7: Entrevista 5

Porto, 26 de Março de 2009 – 16h.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 5 (E5): O que mais me influenciou positivamente foi ter representado as selecções jovens desde muito cedo, ter feito durante 5/6 anos parte das selecções nacionais. O que mais me afectou negativamente foi desde o segundo ano de infantil ter chegado a equipa sénior do Boavista e ter feito parte do plantel sénior do Boavista e não ter tido a oportunidade de jogar no clube onde cresci e onde tinha tido as interiorizações todas. O clube tinha contribuído também para isso, também me promoveu, eu também promovi o nome do clube em conjunto com os meus colegas (é um desporto colectivo) e não ter tido a oportunidade de jogar ou ter sido uma aposta no meu clube naquele caso o Boavista Futebol Clube.

Eu julgo que existem, olhando para trás e tendo em conta o meu percurso, penso que existiram factores positivos e factores negativos que contribuíram para a minha carreira. Existem factores positivos e negativos que influenciam uma carreira. Não só positivos nem só negativos. Penso que existem os dois factores.

Escolhi um positivo e um negativo porque penso que foi essa a situação que após vários empréstimos (já sénior), também o acompanhamento que o Boavista me deu não foi o mais adequado. Fui emprestado a vários clubes de uma forma pouco sensata. Vais para ali um ano regressas, vais para outro e regressas, não houve aquele acompanhamento que eu julgo adequado. Depois, mesmo inconscientemente, perdemos a motivação, sentimo-nos deslocados, porque foram 7/8 anos seguidos a vestir uma camisola, e depois somos emprestados e se passa um, dois, três, quatro, cinco anos acho que nunca mais nos conseguimos impor na nossa equipa mãe e depois é complicado. Depois andamos de um clube para o outro sempre a saltar, nunca nos fixamos, não criamos raízes e penso que foi isto que mais influenciou a minha carreira.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E5): Significa tudo. Eu acho que um jogador que representa a selecção nacional está no auge, seja no escalão sub-16, naquele momento era o sub-16 porque tinha quinze anos ou dezasseis. Representar a selecção nacional tem que ser o objectivo de qualquer atleta que jogue futebol, que seja federado. Penso que na selecção nacional só entram os atletas de elite, ou pelo menos numa primeira fase não tanto porque a escolha é maior, começa-se a procurar, mas depois passado 4/5 anos penso que não foi por sorte que estive lá. Penso que para conseguir ficar lá tanto tempo, para ter tantas internacionalizações é porque tinha algum valor. Acho que isso é inequívoco, ninguém pode dizer o contrário.

Não sei se ainda sou o atleta mais internacional do Boavista. Se ainda sou é com enorme orgulho e é com pena que vejo o Boavista da forma que está hoje, mas para mim era um orgulho muito grande representar a selecção nacional e sempre que os responsáveis do Boavista me entregavam a convocatória era uma alegria. Era uma satisfação enorme. Era ver reconhecido o trabalho numa época, de um trajecto que estava a executar.

Outro factor que me influenciou negativamente, relativamente a primeira pergunta, foi o Mundial da Austrália. Em que Portugal vinha de dois títulos consecutivos de sub-20 e nós na Austrália fomos logo eliminados na primeira fase e penso que isso marcou a minha geração quase toda (conta-se pelos dedos os atletas que conseguiram fazer carreira). Portugal estava habituado a triunfos. Foi a geração de Riade, foi a geração de Lisboa e a seguir a geração da Austrália pagou o peso todo numa preparação deficiente. Penso que os responsáveis federativos na altura também já reconheceram. Não é com 48 horas daqui para a Austrália, com um fuso horário de nove horas, que se prepara uma selecção para ir defender o bicampeão do Mundo, enquanto uma selecção alemã, por exemplo, que ainda não tinha sido campeã do Mundo ou que naquela altura não era campeã do Mundo, foi quinze dias estagiar para o Japão e depois mais quinze dias na Austrália. Nós chegamos lá 48/72 horas antes do torneio começar. Portanto, eu penso que a nossa geração foi prejudicada. E se falar com os atletas que foram a Austrália vai confirmar que

foi marcada por essa preparação. Porque havia também jogadores que mais tarde atingiram, só que foi uma geração que, tendo em conta que fomos eliminados na primeira fase, foi uma geração que não teve perdão, foi massacrada pela imprensa, a falta de qualidade foi notória, segunda a mesma. Depois de tudo isto não é fácil reagir, se calhar os clubes também não protegeram tanto os seus atletas como deviam. Nessa altura os clubes também deveriam ter vindo ao terreno defender os atletas e dizer que a preparação não foi a mais adequada, não foi a mais eficaz. Também penso que contribuiu o facto para a nossa má preparação, para a nossa má prestação no Mundial de Austrália não termos ido com o professor Carlos Queiroz e com o professor Nelo Vingada que foi com quem a gente começou a trabalhar desde os sub-15, porque eles na altura, um ou dois meses antes, assumiram a selecção A. Não estou a dizer que foi o professor Agostinho Oliveira que teve culpa dos resultados. Foi o trajecto. Foi ali uma ruptura que aconteceu meses antes de uma prova muito importante. Quer queiramos, quer não isso também tem a sua influência. Não é a mesma coisa trabalhar, apesar do professor Agostinho já trabalhar junto das equipas jovens, mas num acompanhamento mais na retaguarda, não era no terreno. Penso que isso também influenciou. Mas esse factor (o fracasso na Austrália) também influenciou negativamente a minha carreira. A minha e a dos meus colegas, de certeza absoluta.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E5): Acima de tudo porque gostava, ao contrário de muitos jovens de hoje em dia, de jogar a bola. Sempre que podia estava a jogar a bola na rua, nos pinhais, na praia. Os meus pais diziam que eu as vezes até dormia com a bola e essas situações. Eu acho que isso tem influência. O gostar de jogar. Divertia-me a jogar. Eu não trocava nada por um jogo com os amigos na rua, fosse aos cruzamentos, fosse um três contra três ou quatro contra quatro. Tentava estar sempre com as piores sapatilhas, para estar a vontade, para os meus pais não me chatearem.

Depois jogava no Canidelo. No primeiro ano de infantil, no primeiro ano que comecei a jogar não havia escolas. Comecei a jogar no café perto de casa

(café Soares), em Lavadores. Depois fomos a um torneio nas Fontainhas onde fui o melhor marcador do Torneio. Depois o Canidelo que era o clube que estava mais perto da minha casa convidou-me para ir lá treinar. Os meus amigos, aqueles com que jogava na rua, iam todos para o Canidelo. O meu pai que na altura já era dirigente do Coimbrões achava que devia ir para o Coimbrões. Só que os treinos começavam mais tarde e eu a revelia do meu pai fui treinar com os meus amigos ao Canidelo. O meu pai aceito a minha decisão. Os meus colegas estavam lá todos. Comecei no Canidelo e disse que um dia mais tarde quando acabasse a minha carreira teria que acabar no Coimbrões. Foi o que fiz. Quando acabei o curso, quando fui dar aulas ainda joguei nos seniores do Coimbrões e ainda fui treinador/jogador do Coimbrões. Portanto, penso que cumpri aquilo. Se calhar cedo de mais, porque desisti do profissionalismo aos 29 anos, mas também vinha de dois anos muito saturantes no Salgueiros. Em que toda a gente sabe o que se passou no futebol do Salgueiros. Quando acabei o curso decidi que ia dar aulas e acabou o futebol para mim, em termos profissionais. Treinava a noite, jogava ao domingo, só que de uma forma amadora claro, não tinha nada a ver com o treino de manhã e de tarde.

Penso que o que me levou a jogar na selecção foi o gosto que tinha, a atitude. Aqui no Boavista sempre a tentar melhorar. Havia uma grande competitividade entre o Porto e o Boavista. Por exemplo, para irmos a selecção do Porto era ver qual o clube que tinha mais jogadores, cada domingo era o querer mostrar mais. Depois é o não ter lesões. Apesar de num jogo particular pela selecção de sub-16 antes de um torneio do carnaval ter sofrido uma lesão, mas o professor Carlos Queiroz levou-me na mesma ao torneio do Algarve. Sensivelmente um mês antes tive uma entorse grave, tive que andar uma semana com o pé engessado. Andava aqui na escola Fontes Pereira de Mello, ia para a escola de muletas. Quando retirei o gesso comecei a correr e ainda com muitas dores fui ao torneio e consegui fazer dois jogos contra a Alemanha e contra Israel. E ganhamos o Torneio. São momentos que nos marcam, é sinal que o professor Carlos Queiroz confiava em mim. Se calhar a recuperação não foi a mais adequada porque deveria ter tido mais tempo de

recuperação, mas a motivação e a vontade de jogar eram muito grande. Foi uma lesão traumática, foi uma entrada de carrinho, em que o pé não partiu, mas ficou todo dobrado. Tive arrancamento de ligamentos. Senti que houve ali um período, uma etapa em que havia lances que mesmo inconscientemente acho que mostrava um certo receio da disputa de bola. Um certo receio de ir ao choque, ou que acontecesse a mesma coisa, para me proteger um bocado. Depois com o tempo fui perdendo esse receio e penso que passado algum tempo já não pensava nisso.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E5): Claro. Eu julgo que além de ser bom jogador, de ter qualidade, ter juízo, fazer vida de desportista, existe um conjunto de pessoas que têm influência na nossa carreira desportiva. Isso é óbvio e o treinador é uma delas. Se calhar não apanhei o treinador certo, no momento certo. Muitas vezes penso nisso. Porque depois vi colegas meus que se calhar nas camadas jovens não tinham tanto “nome”, nem internacionalizações e que depois conseguiram chegar onde eu se calhar não consegui. Mas se calhar alguém apostou neles, naquela altura, no momento certo ele chegou. É a mesma coisa que ter um acidente, chegar ali a rua e vir um carro e ser atropelado. Eu penso que é uma pessoa ter a sorte de encontrar a pessoa certa que veja qualidades onde elas existem, que nossas características encaixem no modelo de jogo desse treinador. Porque muitas das vezes podem não encaixar, mas se calhar, encaixam no modelo de jogo de outro treinador e dar-nos a oportunidade e confiança, que acho que é muito importante.

Treinadores que me influenciaram positivamente: Carlos Queiroz, Nelo Vingada, Agostinho Oliveira, Vítor Urbano, Ezequiel Bastos. Tenho muitos. Depois numa fase de 2º B, Divisão de Honra, Gabriel, Henrique Nunes.

Um factor, enquanto jogador, que me deixa pensativo e que me deixa um bocadinho de pé atrás foi ter subido aos seniores do Boavista e ter ficado duas épocas no plantel sénior, em parte por imposição do técnico Manuel José. Foi com satisfação que fiquei no meu clube sénior, não foram muitos os que

ficaram. Fiquei eu, o Costinha, o Litos e o Bambo. Normalmente éramos nós os quatro que íamos a selecção. O Litos foi emprestado um ano ao Campomaiorense, com o falecido Álvaro Carolino como treinador que estava ligado ao Boavista. Ele também queria que eu fosse para Campo Maior e o Manuel José não me deixou. Mas eu agora como técnico começo a compreender, na altura o Boavista não era uma equipa qualquer, tinha jogadores como o Ricky, como o João Pinto, como o Marlon Brandão, como o Nelson Bortolazi, como o Casaca, como o Jaime Cerqueira, como Jaime Alves, como o Paulo Sousa, não faltava concorrência e o Boavista ganhou a Taça de Portugal, ganhou a Supertaça, ganhou títulos e era uma equipa que se estava a tentar impor como o quarto grande de Portugal. Mais tarde o técnico Manuel José chegou a ter essa conversa comigo. É que além dessa equipa ainda mais tarde chegaram o Artur, o Mateus e o Jójó. Todos jogadores do meio campo para a frente, ou seja, que podiam tapar ainda mais o meu espaço. A conversa que ele teve comigo foi para eu continuar a trabalhar, que iria ter a minha oportunidade. Só que claro, uma pessoa não joga durante dois meses, três, quatro, cinco, o que uma pessoa quer é jogar e se calhar o empréstimo começou a surgir como uma saída mais proveitosa para mim e para o clube, em vez de estar ali parado.

Hoje se calhar não tinha aceitado os empréstimos que tive nessa altura e tinha arriscado continuar no Boavista e esperava pela minha oportunidade que poderia surgir a qualquer momento. São erros que uma pessoa comete e que na altura parecem as melhores decisões. Digam o que disserem, no momento em que tomei as minhas decisões pareceram-me as mais correctas. Naquela altura era assim. Hoje, se calhar, essa situação do empréstimo não a faria como fiz, não chegaria a profissional sem ter empresário (o que hoje é impensável). Na altura só me aconselhava com os meus pais, que nunca tiveram nenhuma ligação ao desporto. Assinei o contrato profissional com o Boavista aos 16 anos, com o chefe de departamento e o meu pai, sem dinheiro a interferir, nem sei se foi bom ou se foi mau. Na altura em relação aos jogadores que jogavam na selecção era mais prejudicado, porque os atletas dos três grandes tinham contratos superiores ao meu e muito, mas eu sentia-

me bem no Boavista, era capitão de equipa, era sempre convocado para a selecção. O dinheiro não é tudo. Ainda hoje me pergunto se tivesse aceite, quando fui campeão nacional de iniciados (foi o primeiro título do Boavista), o convite de um dos dois grandes, não sei o que teria sido. Não sei se tinha tido uma melhor carreira, se tinha uma pior carreira, não faço ideia.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E5): Eu entendo que qualquer pessoa que esteja relacionada, directa ou indirectamente, no processo de treino tem influência, seja dirigente, seja treinador, seja massagista (cada um com o seu grau de importância). Eu julgo que os dirigentes muitas vezes conseguem influenciar positivamente ou negativamente a visão de um determinado treinador. Podem dizer que não, mas eu penso que existem situações em que basta um comentário, uma maneira de cumprimentar diferente, para os atletas serem visto de outra forma. Eu penso que os dirigentes, muitos deles, andam no futebol, mas nunca praticaram desporto (está a mudar ligeiramente), nunca estiveram dentro de um terreno de jogo com o stress e a pressão de um jogo importante. Pensam que os jogadores não podem falhar.

Penso que os dirigentes influenciam negativamente ou positivamente. Naquele empurrão ou colocam mais para baixo um determinado atleta. Peso que isso acontece.

Influenciaram a minha carreira desportiva como a de todos os atletas. Se nós perguntamos a todos os profissionais de futebol se existe algum dirigente que o marcou mais todos dizem aquele marcou-me mais, aquele marcou-me menos, mas porquê? Porque aquele era o meu amigo, conversava comigo quando eu estava em baixo dava-me uma palavra. As vezes só uma palavra, um cumprimento faz com que a gente se sinta acarinhado e com confiança, as coisas vão melhorar e tudo isso. Quando as coisas corriam bem já sabíamos como era. Quando as coisas correm bem toda a gente bate nas costas, está tudo bem, não há problema nenhum. Mas nos momentos negativos penso que os dirigentes influenciam de certa forma a recuperação desses atletas. Neste

caso a recuperação anímica e acho que também podem contribuir para o bom ambiente. Em vez de só dizer mal e colocar mais em baixo ainda, penso que uma palavra de incentivo pode fazer a diferença, além do treinador claro.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E5): Foram aqueles dois aspectos negativos que falei. Foi o Mundial de sub-20 na Austrália, onde fomos eliminados logo na primeira fase e os atletas ficaram marcados negativamente por toda a imprensa. E foi o facto do Boavista, naquela altura treinado pelo Manuel José, não me ter dado a oportunidade de jogar, como acontece hoje em dia com qualquer jovem que seja muitas vezes internacional e lhe é dada a oportunidade de jogar, de errar e de voltar a jogar, até se sentir perfeitamente adaptado a nova realidade. Penso que foi isso.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E5): Sim. O desporto é uma escola de virtudes. Durante a minha carreira cometi erros como todos os desportistas cometem, penso eu. Não foram assim tantos como isso. Portanto, sinto orgulho da carreira que tive. Posso dizer que sou uma pessoa que não tem muitos amigos no futebol, porque não tenho, sou sincero. Tenho 3/4 amigos, mas amigos mesmo. Conheci-os no futebol, estive com eles no futebol e depois do futebol continua a amizade. Fora de futebol, se encontrar aqui os atletas ou conhecidos do futebol que jogaram comigo, cumprimentamo-nos, é uma alegria, eu dou-me bem com toda a gente. Portanto, não tenho um atleta com que possa ter tido alguma chatice e me dê mal. Em todos os clubes, em todos os plantéis por onde passei. Mas isso já é uma característica minha. Sou uma pessoa que percebo o meio familiar, não sou de sair. Dou importância a outros valores.

O desporto ensinou-me a ser solidário. No desporto, principalmente nas modalidades colectivas, é preciso ser generoso, solidário, ser companheiro, ser amigo. Nesse sentido penso que o desporto é uma escola de vida.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E5): Além dos benefícios que a actividade física me trazia para a saúde (está comprovado os benefícios da actividade física na nossa saúde). O companheirismo, o ser amigo, o ser solidário, generoso. Essas situações todas, mesmo sem nós querermos e estarmos atentos a essas situações, se calhar um treinador está atento, nós nem tanto, isso é necessário, isso vai-se criando com o espírito de grupo. Um ano num clube, começávamo-nos a conhecer a ter esses valores. No outro ano se fosse para outro clube era um recomeço de tudo. Por isso é que às vezes se diz se o espírito de grupo é bom, se não é. Porquê? Para saber se as pessoas se dão bem, cada um de nós é diferente, não há seres iguais e cada um reage de maneira diferente a uma brincadeira. Nós tínhamo-nos que adaptar constantemente e tentar fazer um bom balneário. Saber o limite de cada um, até onde é que podemos ir, a privacidade de cada um, mas com as brincadeiras normais de um balneário, com a amizade, sofrer pelas lesões dos colegas, os colegas a sofrerem pelas nossas lesões, a perguntar quando é que estamos bons. Eu penso que isto são valores que em qualquer equipa onde existe esse espírito estão presentes.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E5): Não, nunca fui pressionado pelos meus pais para atingir resultados desportivos Bons resultados nos estudos. Nos desportivos acompanharam-me sempre, incentivaram-me sempre. Tinha treino o meu pai trazia-me ou vinha-me buscar ao treino. Muitas vezes vinha e ia embora de autocarro.

Chegava a casa as dez, dez e meia, jantava a essa hora, mas antes de ir para o treino já tinha que ter os trabalhos da escola todos feitos. Se tinha testes já tinha que ter estudado. Nisso eles diziam-me sempre e davam bons conselhos. Mas as preocupações em termos desportivos não eram muitos. Alias, o meu pai raramente me disse: “jogaste bem”, mas também não me dizia: “jogaste mal”. Dizia: “está bem, foi um bom jogo”. O que eu fazia, porque as vezes, precisava de saber e gostava de saber a opinião dos meus pais, era

perguntar a minha mãe. Ora bem, a minha mãe já tinha conversado como meu pai e eu sabia ali se a opinião era boa ou era má. Mas eles fazia isso não era por mal, ele fazia isso era porque acho que é o que eu faço hoje com os meus filhos que jogam futebol. Nem quando faz um grande jogo digo que é o maior, nem quando faz um mau jogo digo que não presta para nada. Tem que haver um ponto de equilíbrio. Há jogos que correm bem, há jogos que correm mal. Não há um dia como a seguir ao outro.

Há que levar as coisas com tranquilidade e transmito também isso aos meus filhos. Primeiro estão os estudos. Porque nem todos chegam a profissionais de futebol, e depois se conseguirem conciliar as duas coisas muito bem, o desporto com os estudos, continuam e eu e a mãe apoiamos em tudo. Se não conseguirem conciliar teremos de tomar a decisão e se calhar ela vai pender pelos estudos.

Os meus pais nunca me proibiram de treinar ou jogar. Diziam-me aquilo que digo aos meus filhos, se algum dia as notas piorarem devido aos treinos, devido aos jogos, se eu pensasse só no futebol que me castigavam. Se for por dificuldade inerente da própria disciplina me tentariam ajudar e o diálogo resolveria tudo. É o que eu digo ao meu filho, ao meu mais velho, se ele tem dificuldade na escola tem de chegar ao pé dos pais e dizer “pai tenho dificuldade naquela disciplina” e o pai tenta ajudar. Dificuldades, estou a falar de dificuldades porque não compreendeu determinada matéria. Se tem más notas ou se tira negativas porque não tem tempo, porque só pensa no futebol, porque só quer ir para o treino e não que saber dos estudos aí a situação muda de figura. Eu próprio já fiz ver essa situação aos meus filhos. A partir do momento que o futebol influencie negativamente os estudos, enquanto é possível conciliar, porque eu acho que é possível, quando influenciar eles vão ter, não digo castigo, mas têm que perceber (acho que não vai chegar a esse ponto) que o trabalho deles é a escola. Depois da escola têm aquilo que eles mais gostam, que é o futebol. Jogam futebol, não há problema, com todo o apoio dos pais. Mas eles têm que perceber. Eu acho que os consigo fazer ver, porque eles sabem que nem todos chegam a profissionais de futebol e o meu filho mais velho diz que o sonho dele é ser jogador de futebol, como todos os

miúdos que jogam futebol hoje em dia, mas se lhe perguntar qual é o curso que ele quer seguir é o curso do pai, que é desporto e educação física, porque gosta de desporto. Ou seja, tem a ideia direccionada para um curso que gosta, porque gosta de qualquer modalidade. Não pensa como alguns que dizem “se não for jogador de futebol não quero ser nada, nem pensei nisso”. Não, ele sabe o que quer ser. Sabe que se um dia o futebol não correr bem continua a tirar o curso de desporto e vai fazer algo na vida que gosta. É esse o meu objectivo, transmitir-lhes isso.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E5): Os empréstimos a que estive sujeito nos primeiros anos de sénior. Não foram os mais adequados, nem foram a melhor opção. Na altura pareciam-me, mas se calhar não foi. Deveria ter continuado no meu clube. Lutar por uma oportunidade. Não era que eu não lutasse, a realidade do clube era diferente. O clube tinha uma equipa muito competitiva. Para conquistar a Taça de Portugal e para conquistar o estatuto que estava a conquistar era uma equipa muito forte, Tendo em conta aqueles nomes que eu já disse. Mas um empréstimo na altura, uma, duas, três, quatro épocas foi muito e uma pessoa começa a perder, mesmo inconscientemente, a motivação, deixa-se ir na onda e depois nunca mais regressa.

Foi a transição de júnior para sénior. Fez-me falta aquilo que hoje está haver aqui na Associação de Futebol do Porto, que é a Liga Intercalar. Na altura antes de eu subir para os seniores havia o Campeonato de Reservas (eu lembro-me), mas depois acabaram com isso. Na altura que subi a sénior não havia Campeonato de Reservas. Portanto, a gente só treinava. Se não jogasse ao domingo também não jogava a semana. Penso que as pessoas já estão a ganhar consciência de que esta Liga Intercalar é uma prova muito importante, mas mesmo muito importante para os jovens que estão a sair dos juniores para os seniores. Nem é um jogo só com profissionais, mas é um misto. Então é aquela transição que aos poucos podem espanar o seu futebol, o treinador pode-lhe dar mais liberdade. Uma semana a jogar, duas, três, quatro, cinco,

dez jornadas, se calhar, daqui a 3/4 meses o jogador está diferente. Isto fez-me falta na altura em que fiz a minha transição. Não jogava ao domingo, não tinha lugar no onze do mister Manuel José, a quarta-feira tinha na Liga Intercalar. Mesmo que a equipa adversária tivesse quatro, cinco, dez seniores, não interessa, mas tinha competição. Hoje em dia há clubes que estão a apostar nessa maneira de trabalhar e que mais tarde vão tirar dividendos dessa situação, quer o próprio clube, quer o jogador.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E5): Não. Hoje em dia já não é um espanto ver um júnior jogar pela equipa sénior e as pessoas colocarem-no logo no topo, não é difícil. O difícil é dar continuidade a esse trabalho. O clube sustentar, o treinador acreditar, continuar a apostar, o clube dizer sim senhor é esse o caminho. Os clubes portugueses vão ter que começar a apostar mais na formação, ainda mais, porque já apostam muito mais. Mas é difícil, porque costuma-se dizer que os santos da casa não fazem milagres e as vezes os jogadores vindos das camadas jovens em que os clubes apostam ao mínimo erro são retirados das equipas. Depois estão mais x tempo sem jogar, ficam desmotivados. Depois voltam a jogar, mas já não é com a mesma confiança.

Mas penso que continua mais fácil um jogador estrangeiro novo chegar a Portugal e impor-se do que um jogador português. Podem falar o que falarem, podem dizer o que disserem, um jogador vindo do estrangeiro com 17, 18, 19 anos tem mais oportunidades que aos jogadores portugueses que temos aqui formados na nossa formação.

Hoje em dia perante a aposta que os clubes portugueses estão a fazer na formação e que vão ter que fazer cada vez mais devido a esta crise e dificuldades económicas, eu penso que não vai ser tão difícil. Cada ano que passa nota-se que existem jogadores vindos das camadas jovens dos clubes portugueses. Apesar de haver cada vez mais estrangeiros, com isto da globalização.

Agora o que eu continuo a dizer é que nós adeptos, se for um jogador

que venha da América do Sul com 18/19 anos dizem “coitado está-se a adaptar”, se for o português vindo das nossas camadas jovens dizem que não tem qualidade, se o jogo correr mal. É esta a diferença que eu noto. Ou seja, nós portugueses para nos impormos nas nossas equipas seniores temos que jogar bem não é um jogo, temos que fazer uma série de jogos até ganhar estatuto. Enquanto muitas das vezes chega um jogador estrangeiro que faz um ou dois jogos, pronto descobriram ali um craque. Depois claro, dão-lhe confiança de que vai ser craque, vai evoluir, vai crescendo como jogador vai conseguir chegar onde quer (alguns, outros não). Normalmente o adepto português pensa “vem dos miúdos, é dos miúdos, se calhar precisamos ali de mais traquejo, mais experiência”, mas se for um de 19 anos que seja argentino, brasileiro, uruguaio, russo, é um bom jogador, é uma promessa, já não olham para aquela situação da necessidade de crescer.

Se nós trabalharmos bem na formação, temos que aproveitar a formação. É isto que eu acho que os clubes portugueses vão ter que começar a fazer, necessariamente.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E5): A única lesão grave que tive foi uma entorse no pé direito (o meu pé dominante), fruto de uma entrada muito dura num jogo treino quando estava na selecção de sub-15. Fui transportado para o hospital e tive que engessar a perna, oito dez dias. Foi num torneio de preparação para o Torneio Internacional do Algarve. O jogo foi no Municipal de Coimbra. Consegui recuperar a tempo. Mas, tinha sempre aquela entorse no pé direito, nunca tinha no pé esquerdo, por exemplo. Eu era destro, normalmente as entorses traumáticas davam-se quando eu metia o pé na bola, portanto seria normal que fossem mais no lado direito, não teria a ver com a lesão antiga.

Penso que nos primeiros tempos isso me influenciou um bocadinho. Isto é, influenciou-me naqueles primeiros tempos, mas depois consegui de uma certa forma voltar a ser aquilo que era. Agora, só quem me conhecia antes e depois é que também pode falar se reparava alguma diferença, se achou que

estava diferente. Era sub-15, depois fui internacional sub-16, sub-17, sub-18, tive nas olimpíadas em Burgos de sub-17, fui internacional sub-18, estive em dois torneios de Toulon sub-20. Portanto, penso ter recuperado dessa lesão, senão nunca teria conseguido fazer carreira até aos 29 anos.

Penso que esta lesão não teve influência no facto de eu não ter atingido a excelência no escalão sénior. Não foi uma lesão tão grave como isso. Não fui sujeito a nenhuma intervenção cirúrgica, nem nada, só tive que engessar a perna. Influenciou-me naquela temporada. Penso que depois consegui recuperar e em termos de futuro não me influenciou.

Apesar de eu achar que uma lesão grave nessa altura pode influenciar negativamente a carreira de um atleta. Existem casos que comprovam isso. Se falarmos com pessoas que andam no futebol a muito tempo dizem que no futebol é preciso muita sorte, é preciso não ter lesões, é sempre este discurso. Porque nas lesões, além do tempo de paragem, se forem lesões graves, podemos não recuperar, podem ficar sequelas, quer físicas, quer psicológicas e isso influencia a carreira do atleta.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E5): Sim. Eu como treinador a minha equipa tem que estar no trabalho com prazer, consciente dos objectivos do treino, qual é o objectivo primordial do treino e de uma forma em que o prazer e o divertimento estejam presentes. Quando estou a falar em prazer e divertimento não estou a dizer falta de concentração, não estou a falar nada desses aspectos. De uma forma concentrada, em que os atletas estejam a gostar de fazer aquilo que estão a fazer. É a mesma coisa que trabalhar com jovens, tentar proporcionar aos jovens, no treino, aquilo que eles precisam da maneira que eles gostam.

Se nós proporcionarmos aos jogadores aquilo que eles precisam (na nossa óptica, no nosso modelo de jogo) da forma como eles gostam de certeza que o treino vai ser divertido, vai ser motivante, vai haver prazer no treino, o dia seguinte vai correr melhor, a ambição cada vez será maior.

Quem não gostar de jogar futebol, quem não sentir prazer, quem não se divertir a jogar futebol, se calhar não vai conseguir atingir a excelência. Se for

uma obrigação, passado dois meses, quatro meses, um ano, dois anos, dizes que não gostas de jogar futebol, vou mas é tirar um curso ou vou trabalhar. Por isso é que eu digo que o divertimento é um dos factores importantes, quer no treino, quer na competição. O atleta, de uma forma responsável, tem que encarar, quer o jogo, quer o treino de uma forma em que se divirta. Por exemplo, treinamos durante a semana de uma forma divertida, concentrada, aplicada e o momento do jogo é o momento em que vamos para o que realmente interessa. Estamos a construir algo e o jogo diz-nos em que patamar estamos. Cada vez a ambição do atleta tem que ser chegar a um patamar superior, quer individual, quer colectivamente. Portanto, se o divertimento conseguir trazer o atleta mais alegre para o treino, mas bem disposto, mas disponível para trabalhar, está muito mais perto de chegar a excelência e os rendimentos serem superiores.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E5): Aqui entramos noutra campo que é a periodização táctica, a periodização convencional, a metodologia de treino. Tive o privilégio de ser treinado por treinadores que pensavam de uma forma, e por treinadores que pensavam de outra. Eu vi treinadores a treinar de uma forma que eu hoje em dia como treinador não faria e a atingir os seus objectivos. Eu vi isso a acontecer e acho que toda a gente que anda no futebol vê isso a acontecer. Se me perguntarem se foi a melhor maneira eu digo que não. Eu tenho uma maneira diferente de encarar o futebol. A minha metodologia de treino privilegia a inteligência, mais o saber estar, o saber fazer, porquê é que faz, em cada momento de jogo cada atleta saber qual o lugar que deve ocupar, a posição que deve ocupar. Hoje como técnico olho para o jogo de uma forma totalmente diferente da que olhava quando era jogador. Antes olhava para um jogo, no estádio ou na televisão, e estava a ver o jogo. Hoje estou a olhar para o jogo e estou a ver qual foi a ideia do treinador em tirar aquele jogador e colocar outro. Porquê o fez? Porque a equipa adversária estava assim, estava desta maneira ou daquela. Começo a interpretar o jogo de uma forma, a parte táctica,

totalmente diferente daquela que eu encarava como jogador. Penso que esta minha forma de pensar é muito importante se nós tivermos jogadores a pensar dessa forma. Se um dia for treinador não tenho medo de ter jogadores que percebam de tática e que interpretem aquilo que o treinador quer dentro do campo e que percebam. O ideal é discutirmos, o líder é o líder, mas é essencial termos jogadores importantes na equipa que percebam, que sejam os transmissores do treinador, da maneira de estar do treinador e da maneira de pensar.

Eu nas camadas jovens do Boavista ia até ao Castelo do Queijo e vinha a correr, em alcatrão. No Castelo do Queijo parávamos para fazer exercícios meramente físicos e vínhamos para cima a correr. Tive treinadores que faziam a pré-época com 3/4 dias de estágio em que só fazíamos futvolei. Ou seja, totalmente o oposto.

A minha opinião sobre a intensidade a que fui submetido é difícil de definir. Não dá para quantificar qual é a que está correcta, qual é a que está errada. Identifico-me como uma forma de pensar o treino e não me identifico com outra. Se influenciou ou não chegar a excelência, hoje em dia trabalhasse muito melhor. Os atletas já fazem musculação. Na minha altura estava a começar-se a dar os primeiros passos em termos de musculação, em termos de trabalho específico. Hoje em dia já toda a gente tem essas preocupações. Isso faz com que os atletas sejam mais disponíveis e atinjam resultados mais satisfatórios.

Eu penso que cada caso é um caso. O clube tem que ter uma política de trabalho feita, não só pelo treinador, mas por todas as pessoas que compõem o corpo técnico. Se determinado atleta necessita de determinado trabalho específico deve-o fazer. Porquê o faz? Quer chegar aonde? Ter sempre o objectivo na cabeça e é para atingir esse objectivo.

Penso que não seria muito correcto, nem muito inteligente da minha parte não ter aprendido com uns e também ter aprendido com outros, mas daquela maneira. Essa é uma das vantagens que tenho hoje em dia, ter estudado (a parte académica) e ter tido a parte prática. Ter passado por inúmeras situações, quer na componente académica, quer na componente

prática da modalidade de futebol. Na académica porquê? Porque na académica tivemos professores que pensam de uma determinada forma e tivemos professores que pensam de outra forma. Eu julgo importante tentar retirar de cada um aquilo que eu acho que seja importante para a minha maneira de pensar. Dos treinadores, na minha maneira de pensar também o que eu fazia, o que não fazia. Muitas vezes penso em determinados treinadores. Aquele treinador fazia-me aquele exercício, mas se aquele exercício fosse feito de outra forma, onde englobasse determinada situação táctica, se calhar estava o exercício com os mesmos objectivos, mas a trabalharmos já outro aspecto de jogo, a organização de jogo.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E5): Nunca pensei nisso. O que eu pensei em determinados percursos, em determinadas épocas, foi que nunca conseguiria atingir o nível que sonhei, que perspectivei no início da minha carreira. Isso cheguei a pensar várias vezes. Que seria difícil alcançar. E depois existem factores que sabemos que influenciam a carreira de um atleta. O tal treinador apostar, o ter o empresário a trabalhar com determinado clube, não ter tido lesões, fazer uma vida regrada. Uma coisa que eu posso dizer e quem me conhece sabe disso, é que não foi por ter saído muitas vezes a noite, ter feito uma vida desregrada, não foi por isso que não cheguei a excelência. Foi por outros factores circunstanciais que foram o treinador não apostar, o factor desmotivante dos empréstimos, a “sorte”, não ter sido acompanhado e não aparecer uma pessoa no momento que dissesse “vou apostar neste jogador”.

Quando subo a sénior com o Manuel José e fico no plantel por imposição dele e não me é dada a oportunidade de jogar comecei a pensar que a oportunidade não ia surgir, ele não aposta em mim, vou ter que ir para outro lado para mostrar, vou ter que ser emprestado. Isto começa a ser um ciclo vicioso e cada vez maior. Se não aparece uma pessoa que diga anca cá, está ali um valor, chega aqui, vamos jogar aqui, como acontece hoje em dia (andam aí os clubes todos a procura de jovens valores nas divisões secundárias). Não

tive a sorte de que alguém tivesse reparado em mim.

Lidei bem com esta situação. Com uma certa tristeza por não me sentir realizado, mas como tinha outros objectivos de vida nunca deixei de estudar. Só deixei quando estive no Imortal (2º Divisão, zona sul), mas depois cheguei cá a FCDEF e retomei os estudos. Joguei futebol enquanto profissional, mas continuava com os estudos. Como tinha outros objectivos de vida uma coisa compensava a outra, ou seja, eu sabia que se não estava a correr muito bem no futebol, não estava a ter oportunidades, fazia mais duas cadeiras, mas três, mais quatro, este ano tenho que fazer o ano todo. Era assim que eu pensava tentava-me abstrair das coisas e pensava mais nos estudos do que no futebol. Quando ficava frustrado, quando chegava a casa e não era convocado pegava nos livros, estudava para as frequências, estudava para os exames finais. Sempre nessa perspectiva. Gostaria que um dia se os meus filhos chegarem onde eu cheguei e passarem por isto que tenham a mesma atitude que eu tive. Depois de tirar o curso parei um ano, já tirei o mestrado, mais dois anos, e quem sabe se um dia não irei tirar o doutoramento. Não me espantaria que um dia disse-se vou tirar o doutoramento. Porque penso que a nossa vida não é só futebol. Habituei-me a pensar assim, mas tenho a certeza que muitos atletas e muita gente na nossa sociedade pensa que o futebol é dinheiro, porque há jogadores que ganham muito dinheiro. Mas eu acho que não é só isso. Eu acho que muita gente pensa que é o dinheiro mais o estatuto de ser jogador de futebol, e o estatuto de jogador de futebol é efémero, acaba. Se não ganharem um bom dinheiro, se não tiverem um curso o que vão fazer? Ou montam um negócio, se conseguirem, mas quantos jogadores profissionais que anda anos e anos a jogar e não conseguem juntar dinheiro? Depois o que vai ser? Pessoas que se calhar eram admiradas por determinados adeptos dos clubes, deixam de o ser, coitadinhos, agora trabalha aqui ou está desempregado. Pois era só jogador. Depois as pessoas pensam que eles ganharam dinheiro e o gastaram, o que não é verdade. Porque se calhar não o ganharam mesmo. Existem muitos jogadores profissionais que ganham pouco, não ganham muito, ganham para viver. Depois no final da carreira acontecem essas situações um bocado desagradáveis, para eles e para as famílias.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E5): Não posso dizer que seja uma. A minha maior vitória pessoal foi ter representado o meu país. Ouvir o hino é qualquer coisa de extraordinário. Só quem passa por isso é que sabe. Ouvir o hino português antes de um jogo internacional é indescritível, é uma emoção muito forte, é lindo, é uma situação espectacular. E ao mesmo tempo, tendo em conta a situação paralela da minha carreira, foi neste momento já ter um mestrado em alto rendimento. Ter conseguido aos 29 anos já estar formado. Penso que essa vitória paralela a minha carreira como desportista.

Outra vitória foi nunca ter criado “inimigos” no futebol. Ter uma carreira pela qual me posso orgulhar, com situações por vezes mais quentes do que outras, perfeitamente normalíssimas no futebol. Quando acaba o jogo acabou essa situação. Mais tarde até nos rimos dessas situações. Ter respeitado todos os treinadores com quem trabalhei, concordasse ou não com as opções tácticas e técnicas dos treinadores. Respeitei sempre os meus colegas e os adversários.

Olhando para trás, fazendo uma retrospectiva, também me enche de orgulho, como aos meus pais e como a minha família depois de ter casado.

As minhas vitórias são essas, ter sido internacional, ter passado por situações que muita gente gostaria de ter passado, ter viajado muito (inerência dessas 50 internacionalizações), ter conhecido países que se calhar nunca teria possibilidade de os conhecer, ter passado por momentos espectaculares no balneário (de alegria, de tristeza, que também nos fazem crescer).

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E5): Foi aquilo que já falei a um bocado. A transição de júnior para sénior é um momento crucial na carreira de um atleta. Se durante esta transição não houver um acompanhamento muito forte da parte do clube e de toda a estrutura do clube, quer na aposta, quer no tipo de treino seja específico, seja dentro da própria equipa, dificilmente se consegue atingir a excelência. Se

não houver isto poderá as vezes perder-se atletas que poderiam ter chegado e que não chegaram devido a esse acompanhamento não ser tão eficaz, tão eficiente. No último ano de júnior/primeiro ano de sénior estarem os critérios definidos por parte do clube.

Anexo 8: Entrevista 6

Vila Nova de Gaia, 27 de Março de 2009 – 10h30.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 6 (E6): A minha carreira desportiva foi influenciada por variadíssimas razões. Fui para o futebol por acaso. Através de um vizinho meu, quando era mais jovem, mais criança. Brincávamos no nosso prédio. Ele já fazia parte das camadas jovens do porto, nas escolas. Eu acabava por ficar em casa quando ele ia para os treinos. Dai eu entrar no futebol um bocadinho por acaso. Entretanto ele saiu muito mais cedo, eu continuei e fiz carreira. Aquilo a que se possa chamar em termos profissionais. Sempre vivi do futebol até ao dia de hoje. Praticamente até ao dia de hoje, até uns 3/4 atrás.

Agora o que mais influenciou? Se calhar o gostar. A paixão pelo futebol. Nunca fui muito além por alguns factores. Mais factores psicológicos, do que propriamente físicos. Sempre fui um bom atleta. Sempre fiz exames muito bons. Gostava muito, mas é complicado. O futebol é complicado. Há várias razões, uma delas é preciso ter jeito, gosto, paixão. Mas há muita coisa que influencia, nomeadamente alguns timings certos e errados em que o jogador está bem, apanha um bom treinador que o consegue impulsionar para uma direcção certa. Outros menos bons. Não me lembro de nenhum treinador que tenha passado por mim que esteja no activo. Portanto, há aqui muita mudança. Na minha altura havia muito estrangeiro. Além daquilo que eu podia fazer um bocadinho mais, tinha uma personalidade muito forte, mas acho que não foi isso não me deixou avançar. O que realmente não me deixou avançar foi não ter sido forte em termos psíquicos.

O que me influenciou mais em termos positivos foi um ou dois treinadores. Porque me deram forças, animo, vontade de jogar futebol. Sentirmo-nos bem é o ponto fulcral de tudo na vida. Há pessoas que ficam estagnadas, mas se estivermos bem em termos psíquicos, se estivermos felizes, se estivermos contentes, conseguimos atingir os nossos objectivos. Tive um ou dois treinadores que foram muito importantes, nomeadamente na

parte da selecção. E um ou dois directores que me faziam sentir bem no futebol, mas grande parte nem tanto.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E6): Vou-lhe confessar que no início, quando fui chamado a selecção com 13 anos era um orgulho muito grande, mas foi de certa forma também uma surpresa. Como lhe disse vou para o futebol por acaso, acabo por me destacar bastante no início, nas camadas jovens. Fui chamado a selecção de sub-16 com 15 anos. Fui chamado pelo Queiroz. Na altura era o treinador das selecções. Foi considerado o melhor jogador da Associação do Porto nesse ano e sou chamado a selecção nacional. Fazia parte da selecção da Associação de Futebol do Porto, pela qual fiz um torneio, fui considerado o melhor jogador e fui chamado a selecção de sub-16, na altura para disputar o Campeonato da Europa. Fiquei muito contente porque foi a minha primeira chamada. Fiquei muito orgulhoso de mim mesmo. É um orgulho muito grande quando representamos a selecção, mas é preciso ter clama. Agora com mais experiencia vejo que é preciso ter muito mais calma. Não ficarmos iludidos com as coisas. Mas foi sem duvida um orgulho muito grande.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E6): A diferenciação perante os outros. Evolui bastante, alias muito entre os meus 14 e os 15 anos. Cresci em termos físicos, cresci em termos técnicos. Desenvolvi bastante as minhas capacidades técnicas e físicas mais do que os outros jogadores. Logicamente quando nós nos diferenciamos dos demais, os melhores estão atentos e os melhores patamares são alcançados mais facilmente. Como me diferenciei naquele torneio entre associações é lógico que os seleccionadores estejam atentos a este aglomerado de jogadores que estavam a disputar o torneio. É lógico, querem os melhores e a diferença estava ai. Evolui muito, cresci muito dos 14 para os 15 anos. Comecei a jogar a defesa central, depois passei para médio centro. Depois me comecei a destacar em termos físicos, superava facilmente os adversários em velocidade. Em termos físicos já era bastante desenvolvido. Acabei por aperfeiçoar em

termos técnicos com a escola que tive no Porto, que é muito boa.

Comecei a ser chamado pela lógica de diferenciação. Não por outra razão. Tudo o que consegui na vida foi por mérito.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E6): Sem duvida nenhuma os treinadores de selecção que tive. Agostinho Oliveira, Nelo Vingada, Rui Caçador e Queiroz (não directamente, mas sempre por trás), era um conjunto de pessoas muito acima da média. Pelo que vejo para atrás posso medir e afirmar que eram pessoas muito correctas, muito profissionais, muito dedicadas, também com uma aplicação de psicologia bastante importante nas camadas jovens. Nós, sem grandes valores a nível mundial conseguíamos fazer feitos históricos. Conseguimos fazer coisas muito boas porque eles tinham as coisas bem organizadas, eram pessoas muito profissionais.

Tudo o que seja a parte disso não me lembro de grandes treinadores. Começo a olhar e não me lembro. A prova é que não aparece nenhum treinador no activo. Pelo que vejo hoje, acho que não há nenhum que tenha tido a qualidade que penso que seja importante para dar uma mais valia aos jogadores.

Em termos de selecção sim. Achei que eram pessoas muito inteligentes, com muita capacidade. Estes treinadores ajudaram-me a superar momentos difíceis que existem na carreira de um jogador de futebol. Eu lembro-me que o Nelo Vingada (uma pessoa excelente) com poucas palavras conseguia-nos transmitir muita paz, muita tranquilidade que influenciava nos momentos mais difíceis que atravessávamos. É uma profissão, embora as pessoas tenham ideia que é fácil, mas é muito difícil. Respeito muito aquilo que os jogadores de top ganham, mas realmente é muito difícil. É preciso ter pessoas como estas para nos saberem guiar, para nos saberem dizer as palavras certas nas alturas certas. Imagino o Mourinho ou outros treinadores de top que sabem utilizar as palavras nas alturas certas. Penso que é o mais importante. E essas pessoas sabiam fazê-lo, sabiam dizê-lo, sabiam aplicá-lo.

A parte psíquica era muito pobre. Eu passei por muita ignorância, passei por muito treinador ignorante, por muito director ignorante. Um grande clube como o Porto que tinha uma organização fantástica, mas eu acho que podia ser melhor ainda. Sei que nas camadas jovens nos diferenciávamos muito dos outros, mas era pela organização que existia. Passei em vários clubes e poucos tinham a mesma capacidade.

Os treinadores que me influenciaram foram os da selecção. Achei que se diferenciavam, de uma forma absurda, dos outros. Não havia muitos que se chegassem perto. Também sou um bocado suspeito por não ter conseguido crescer muito, mas eu acho que se no futebol houvesse a preocupação de formar as pessoas em termos profissionais e houvesse mais psicologia dentro do futebol as coisas melhoravam muito.

Fui influenciado pelo bem e pelo mal. É como as empresas. As empresas que existem, normalmente são o espelho do dono. Se for uma pessoa positiva, ambiciosa, que saiba liderar, que saiba ser equilibrada, que saiba gerir, a empresa terá sucesso. Se não souber, se tiver algumas lacunas nestas características, certamente vai ter prejuízos graves e se calhar vai perder a empresa. Se tiver capacidade e souber liderar vai conseguir, se não souber mais tarde ou mais cedo vai fracassar. Não são os jogadores que fazem os clubes, são os adeptos, os directores, os grandes gestores, os grandes treinadores, os grandes mentores (que sabem transmitir as ideias certas, que sabem transmitir as palavras para impulsionar os jogadores). Os jogadores fazem o que lhes mandam e têm qualidade, todos têm qualidade. Mas também me apercebi que os jogadores com pouca qualidade conseguem feitos históricos. É a parte psíquica que prevalece aqui. Alguns conseguem fazer isso, outros não. É a minha opinião pelos anos que lá estive.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E6): Influenciaram. Todas as pessoas influenciam um bocadinho. Eu lembro-me de palavras de directores muito positivas. Alguns directores que passam por nossa carreira que tinham palavras muito positivas, muito

ambiciosas, muito alegres, em que nós nos sentimos muito bem. E outros muito pelo contrario. As pessoas têm tendência a valorizar o mal. Eu gosto de ter sempre tendência a valorizar as pessoas que me fizeram bem, que me disseram boas palavras, que me incentivaram e que me deram ajudas. Se todos nós valorizássemos o bem e não o mal o mundo estaria bem melhor. Mas isso é a nossa natureza, o ser humano é assim. Aqueles que nos tratam mal nós valorizamos e os que nos tratam bem não valorizamos, o que está errado. Temos que de certa forma abanar o cérebro para esquecer um bocadinho a nossa natureza.

Houve directores excelentes, fantásticos que me influenciaram. Não digo a carreira, mas num timing certo, numa altura certa, num momento difícil, numa final. Sem duvida nenhuma que me influenciaram positivamente. Quanto aos negativos não queria falar sobre eles, para não valorizamos esses. Temos que destacar o positivo.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E6): Agora consigo visualizar de uma forma, um bocadinho, mais aberta, consigo analisar o que está bem, o que está mal, o que poderia ter corrido melhor. Não quero atirar culpa a ninguém, porque seria uma forma muito fácil de justificar o nosso insucesso.

Em primeiro lugar queria referir a minha falta de capacidade em chegar lá. Se eu fosse realmente melhor poderia ter superado isso.

Em segundo a minha incapacidade para ultrapassar os problemas em termos psíquicos. Lembro-me de um treinador que me marcou pela negativa. Fui muito a baixo nessa altura. Lembro-me que ele não me dirigia a palavra e acabei de certa forma por ser atirado para fora da equipa. Lembro-me que passei momentos muito difíceis. Deixei de ir a selecção, mas depois voltei a ser chamado. Mas animicamente fui muito abaixo. No futebol ficamos velhos muito rapidamente e não temos capacidade para entender uma maldade, para ultrapassar certas e determinadas coisas. No futebol quem for forte psicologicamente e fisicamente ganha. Por isso é que eu digo que não

considero o jogador de futebol burro, nem com falta de instrução. Eu passei por lá e vi pessoas muito inteligentes, menos inteligentes, há de tudo (não se pode generalizar). É importante serem fortes psicologicamente porque há muita pressão no futebol. Há muito treino, muita competição entre os colegas. Acho que aqui a liderança dos treinadores é importante, conseguirem separar isso. Houve um ou dois treinadores que me influenciaram negativamente. Eles próprios não conseguiram, e se não conseguem ali não conseguem em lado nenhum, não crescem. Enquanto que os bons treinadores ficam, não saem e vão ser sempre bons. Podem ter alguns momentos maus, mas têm sempre resultados. É como eu, se calhar, não fui o melhor. Eu podia ser bom, mas não fui o suficientemente bom, senão tinha chegado lá.

Em primeiro lugar culpa nossa, em segundo lugar culpa nossa (não conseguir ultrapassar as coisas) e em terceiro lugar alguns pontos como o treinador, um árbitro. Eu recordo-me agora de um árbitro que me marcou negativamente. Nas 5/6 vezes que me arbitrou, num período crucial da minha carreira, expulsou-me em todos os jogos. Portanto, é um bocado estranho. Eu começo a pensar o porquê? E eu dava-me bem com o senhor. Cometeu erros como toda a gente comete, mas cometer tantos erros seguidos? Penso que não é errar, isso não é errar. Não devia existir muita compressão para isto. Criou-se a minha volta uma imagem muito negativa, mas quem me conhece sabe que eu não sou assim. De certa forma se aproveitaram de um momento menos bom. Eu lembro-me da minha carreira como internacional em que fomos ao Mundial do Qatar, ficamos em terceiro lugar, fomos a única equipa do torneio a ganhar aos campeões do Mundo (Argentina). Nesse torneio fui expulso aos três minutos do primeiro jogo. Se isto me marcou negativamente? Não. Não acho que foi esse o factor. Porque se realmente fosse bom, se conseguisse ultrapassar psicologicamente todos os treinadores, as dificuldades, se fosse mais positivo na altura, se calhar tinha conseguido ultrapassar tudo isso. Mas influenciou se calhar alguns pormenores, alguns contratos, alguma procura. Posso dizer que tudo o que consegui foi com muito sacrifício e com muita dificuldade. As vezes vejo pessoas que conseguem coisas mais facilmente, mas têm mérito porque conseguem ultrapassar momentos difíceis.

Respeito sempre os outros, mas o que realmente consegui no futebol foi com muito sacrifício.

Recordo-me desse árbitro, recordo-me de um ou dois treinadores. Mas primeiro e segundo eu e só eu em termos de insucesso. Pelo que vejo agora a culpa está sempre em nós. Somos os principais obreiros de modificar o bem e o mal. É claro que necessitamos ajuda de bons formadores, bons treinadores, bons vectores a apontar para o caminho certo. Logicamente que com esta ajuda conseguimos ultrapassar melhor. Porquê não apostar mais na formação? Porquê não a ajuda de um psicólogo? Naquela altura não existia. E na minha opinião, é fundamental para uma equipa ter sucesso.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E6): Ajudaram. Porque sempre trabalhei em grupo, sempre trabalhamos a ajudar os outros nos momentos mais difíceis. Aprendemos o que é a entreaajuda todos os dias, as tristezas, saber partilhar o que é bom e o que é mau. De certa forma ser mais civilizado, ser mais amigo do outro. Quando estamos em equipa todos temos que remar para o mesmo lado. É claro que há sempre discussões, como em todo o lado, em todas as profissões. Quando há muita gente é muito difícil, são muitas cabeças a pensar. Mas de certa maneira me ajudou. Todos queriam o mesmo objectivo, todos lutavam pelo mesmo objectivo que era ganhar. Ajudou-me a saber trabalhar em grupo, saber lidar com as pessoas. Eu lembro-me de jogar futebol, mas toda aquela envolvência que existia era muito melhor do que propriamente jogar futebol. As brincadeiras, aquelas coisas que só se passam no futebol e que nos vão ligando para sempre uns aos outros. Começamo-nos a lembrar do que fazemos uns com os outros, são coisas inesquecíveis. Com o desenrolar do tempo vamos melhorando porque sabemos que temos que perdoar este, temos que ajudar aquele, no meio de um jogo temos que nos entre ajudar. Isto vai influenciar a nossa vida pessoal, faz com que sejamos mais amigos. Acho que influencia positivamente. O desporto também é positivo para a nossa vida. Infelizmente hoje em dia deixei completamente por questões profissionais e também por

culpa minha, por não me preocupar em fazer um bocadinho mais.

Para conseguir conciliar a minha carreira de futebolista com a minha vida pessoal teve que haver disponibilidade da minha mulher, teve que haver compreensão. São domingos ocupados, são sábados ocupados, são folgas a segunda-feira. É uma vida completamente diferente, embora as outras pessoas achem bem (dizem: “eles ganham bem, têm uma vida santa”). O pior é que nunca passaram por lá. Mas a vida de profissional de futebol é um bocadinho ingrata, porque num dia está tudo bem, no dia a seguir já está tudo mal. Há pressão todos os dias, há competitividade para jogar, há treinadores bons, há treinadores maus, há domingos que correm muito mal, há domingos que correm muito bem. A família acaba por ser um pilar bastante importante.

É uma vida um bocadinho ingrata, porque não se consegue ter uma vida de casal dita normal. Um jogador de futebol fica muitas vezes só, precisa de ajuda constante, de motivação constante. Temos momentos muito altos. Há dias muito bons, outros muito maus, por isso precisamos de muita força. A pessoa que está ao lado do profissional de futebol tem que dar muita força. Apesar de se ganhar bem é muito complicada. Estamos sempre a “fugir” de um sítio para outro. Eu viajei muito, mas a minha família ficava sem mim. Os meus pais tiveram que assinar termos de responsabilidade para que aos 13/14 anos eu viajasse para longe. Depois eram todos os sábados, todos os domingos. Tinha os meus colegas de escola que no final do ano iam todos de férias. Durante a semana só falavam no fim-de-semana, mas para mim o fim-de-semana não existia, porque tinha treino ao sábado e jogo ao domingo. Os meus colegas vibravam com o fim semana, mas para mim o fim-de-semana era como outro dia qualquer. Para mim sábado e domingo eram dias de trabalho. Segunda-feira folga. É muito diferente do que é uma vida normal. Eu lembro-me das férias. No final do ano os meus colegas iam de férias e eu nunca ia de férias com eles. Nunca ia para as viagens de final de ano. Não ia porque tinha treinos, torneios, estágios da selecção. É difícil, mas acho que se consegue com gosto, com paixão, mas se não tivermos isso não, é muito difícil.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática

desportiva?

(E6): Aprendemos a valorizar o desporto, a importância do desporto no nosso corpo. Aquela união de grupo, aquela junção de todos, aquela entreaajuda, o saber treinar em grupo, que a união faz a força, a compreensão, entender um bocadinho de toda a gente (é difícil lidar com toda a gente). No futebol tive muitos colegas e cada um tinha a sua personalidade. Temos que nos adaptar a cada um. Penso que isso nos dá uma abertura para podermos funcionar na vida. O desporto ajuda-nos a perceber melhor o que é a vida social. Abriu-me algumas portas, alguns horizontes para eu olhar para a vida com olhos de ver. O futebol ensinou-me que não devemos olhar para atrás, nunca olhar para atrás, sempre para a frente. Nunca nos podemos arrepender de fazermos alguma coisa, não vale a pena, está feito está feito. Devemos é analisar rapidamente aquilo que fizemos. No fundo, são coisas que nos marcaram e ajudaram para toda a vida. Todos os aspectos positivos que tive no futebol são muito importantes, e serão muito importantes para o futuro. Lembro-me que houve jogadores que vieram de fora e que depois de estar no Porto começaram a ter outro tipo de abertura. Se calhar conseguiram ser melhores pessoas depois de trabalharem em grupo.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E6): Nunca. Mas haviam muitos pais de colegas meus que o faziam. E posso-lhe dizer que limita muito. Os meus pais só me pressionavam em termos pessoais, para ser um boa pessoa, davam-me conselhos basicamente a volta do futebol, nunca para atingir resultados, nunca foram muito exigentes nesse aspecto, nem tampouco se preocupavam em eu atingir alguma coisa. Claro que era bom para eles, era um orgulho muito grande para eles, mas nunca me exigiram absolutamente nada.

Tinha pais de colegas meus que cuidado. Metia dó, metia pena. Hoje em dia consigo olhar para trás e ver que a pressão era tanta acima daquelas crianças que não tinham como se libertar, como ser melhor, porque os pais não os deixavam. A família influencia muito.

Os meus pais nunca me proibiram de ir aos treinos por maus resultados na escola ou por maus comportamentos. Acompanhavam muito por alto. A minha mãe não gostava muito porque tinha medo que me aleijasse e não queria ver. O meu pai já me acompanhava um bocadinho mais. Havia finais que o meu pai ia ver e a minha mãe ficava fora do campo porque não queria ver. Não fomos uma família para o futebol, os meus pais queriam que eu me formasse, que fosse uma boa pessoa, que tivesse bons resultados, mas não fizeram questão de que fizesse vida do futebol ou que viesse dali o meu futuro. A minha mãe sempre me incentivou, não exigiu, para que estudasse. Ainda hoje incentiva.

Penso que os pais têm influência, mas os meus pais nunca o fizeram, nunca me exigiram nada, nunca me castigaram por eu ir aqui ou ali, sempre me deram total liberdade para eu optar. Sempre optei bem, sempre ganhei bem, mesmo nesta profissão que tenho agora. Cheguei a uma altura em que me perguntei: o que vou fazer agora? É incrível como chegamos a uma altura e temos que ir fazer uma coisa. Estamos habituados a um nível de vida muito bom e chegar a uma altura entrar na sociedade, porque nós (jogadores de futebol) estamos um bocadinho afastados, isolados já que fazemos uma coisa totalmente diferente das outras e quando reparamos afinal há sábado e domingo. Passados vinte anos sei o que é lutar para que chegue o final de sexta-feira para entrar no fim-de-semana.

Eu sempre fui uma pessoa muito isolada, gostava de estar sozinho. Só me sinto bem a ouvir. Gostava de ser eu a solucionar as coisas, não estar a espera que os outros as solucionem por mim. O meu pai dava-me muitos conselhos, mas eu tentava não chatear, não perguntar. Ficava a espera que ele viesse ter comigo. Se calhar estava errado, hoje vejo que posso ter cometido um erro. Mas penso que isto tem a ver com a maneira de ser das pessoas. Eu na altura tentava solucionar eu, porque pensava que era o melhor. Com maior ou menor dificuldade ia superando.

Os meus pais sempre foram importantes, sempre me ajudaram, me deram as direcções que achavam que eram melhores. Nem sempre bem, nem sempre mal, mas o melhor. Mas sempre fui eu que tentei solucionar as coisas.

Isolava-me, pensava, falava com um amigo ou outro com quem tinha mais confiança.

Os meus pais nunca me prejudicaram em nada, sempre me deram total liberdade.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E6): Mudava alguma arrogância, alguma ignorância que muitas vezes abraça o futebol. Os tempos eram outros, há sempre uma evolução. Um alongamento que se faz hoje se calhar daqui a dez anos não faz parte do mundo do futebol. Porque eu lembro-me de fazer certas coisas que hoje em dia não se fazem. Portanto, é o próprio crescimento. Além disso, acho que o maior entrave que existiu em termos de formação foi a ignorância. Eu tive sorte por estar num clube bastante bom em termos de formação, tive resultados bastantes bons, mas há sempre coisas a limar.

A ignorância, a falta de compreensão. A parte psicológica é muito mal trabalhada. Não existe um acompanhamento psicológico para os jogadores, o que é extremamente importante. A ignorância de um insulto, a falta de capacidade dos directores, dos treinadores, a falta de formação própria.

Mas volto a dizer, se calhar a culpa não é só deles, não vamos apontar a culpa para as pessoas que nos lideravam. Não gosto de apontar as culpas para ninguém.

A falta de capacidade, de estudo na formação, a ignorância são factores que mudava na minha formação. Porque a formação que se tinha para treinador ou para director não era a mais adequada. Se calhar formação para director nunca existiu e se calhar nunca vai existir e eu acho uma estupidez hoje em dia isso acontecer. Penso que deve haver formação para tudo. As pessoas têm que ser formadas. Um presidente tem que saber o que deve dizer, o director tem que saber o que deve transmitir.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E6): Eu não achei e os tempos eram outros, havia mais dificuldades. É assim, não é fácil, temos que gostar, temos que trabalhar. Hoje em dia é normal ser mais fácil, é a evolução normal. Hoje em dia há mais condições, há mais campos, as pessoas são mais profissionais, há treinadores melhores. É normal o crescimento, as pessoas terem melhores condições do que tinham a uns anos atrás.

Acho que nem é difícil, nem é fácil atingir a excelência em escalões seniores. Influencia tudo um bocadinho, o gosto, a paixão pelo futebol, o pai preocupar-se em colocar o filho num determinado clube. Aqui em Gaia neste momento temos várias entidades desportivas competentes, se calhar no meu tempo havia uma. Há mais condições. Se calhar hoje é muito mais fácil chegar a profissional do que antes.

Agora se é bom? Isso é subjectivo. O futebol atravessa um momento muito difícil, como todos sabemos. Eu graças a Deus em quinze anos de profissional só tive um ano com problemas financeiros. Eu vi vários colegas meus que estavam muito mal e se calhar muita gente pensa se realmente valera a pena investir numa carreira de futebolista. Mas vai sempre existir, porque está no sangue. Há óptimos clubes onde se pode ganhar muito dinheiro. Mas eu acho que a paixão, a vontade, a família podem influenciar um bocadinho. Se os pais souberem liderar bem este processo, não pressionarem, não exigirem, não chamarem Maradona aos filhos, o caminho para atingir a excelência fica menos complicado. Penso que se tiverem formação e se souberem levar as coisas com calma conseguem lá chegar. Há muita gente com capacidade e hoje em dia com as oportunidades que existem, os campos que existem, os treinadores, os clubes, há mais possibilidades de se chegar a profissional.

Eu sei que não é fácil, mas acho que agora é mais fácil do que era no meu tempo. Há mais opções, melhores condições. Neste aspecto crescemos bem. Hoje em dia estamos muito melhor do que a 10/15 anos atrás, sem duvida nenhuma.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves?

Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E6): Tive duas operações aos joelhos (meniscos). Uma operação corriqueira, em termos futebolísticos. Quem anda dentro do futebol sabe que a recuperação ao menisco é rápida, são 15 dias de recuperação. Afecta um bocadinho. Naquela altura não estava habituado, nunca tinha tido uma lesão. Afecta, porque quando tive uma lesão um bocadinho mais grave, além dessas duas operações (uma micro rotura no tendão de Aquiles, na altura do Gil Vicente). Esta lesão deixou-me sem força, sem vontade. Eu acho que o jogador de futebol nasce para ultrapassar estas situações. Nós quando nos lesionamos estamos logo a pensar “isto não é nada, é temporário”. Tive colegas meus que se lesionarem gravemente, foram a medicina tradicional e disseram “se você andar é uma maravilha” e ele passado três meses já estava a jogar futebol (alta competição). Portanto, há aqui uma diferença entre a medicina desportiva e a medicina tradicional. A diferença é absurda. Porque para um médico da medicina tradicional o caso é extremamente grave e impeditivo para tudo e mais alguma coisa, tem que parar durante cinco anos. Para um médico da medicina desportiva se calhar no final de quinze dias já pode jogar. Na medicina desportiva fazem “milagres”. Que eu não concordo plenamente, vamos ser um bocado justos. Porque no futebol a recuperação tem que ser rápida. Na medicina tradicional tem que se ficar bom, tem que se ficar bem para o resto da vida. Há uma preocupação para atingirmos um final de vida com mais qualidade. Eu sei que vou sentir aquilo que passei na alta competição. Tive lesões que eram curadas muito rapidamente. Quando era mais novo tinha muitas entorses nos pés e cheguei a ser injectado para jogar, mesmo em criança. Precisei de ser injectado num pé para jogar uma final com 13/14 anos. Agora se me perguntam é o mais correcto? Eu digo que não. É assim, não morri, estou aqui, nunca tive problemas. Mas se calhar daqui a 10/15 anos posso vir a ter graves problemas com este pé. Para já não tenho, nem quero valorizar isto.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E6): Cada vez é mais importante saber até onde se pode brincar, saber

o que se deve fazer para trabalhar, mas sem duvida nenhuma que é importantíssimo aliar as duas coisas. Deveria ser obrigatório haver sempre pessoas a rir dentro de um clube. Quem não entrasse bem disposto e alegre devia sair e entrar novamente. Penso que o divertimento é das coisas mais importantes da nossa vida, tanto pessoal como profissional. Porque, como se costuma dizer quem corre por gosto não cansa. Com alegria tudo é mais fácil. Eu lembro-me que quando tínhamos os treinos com bola corríamos dez vezes mais do que sem bola. A bola mexia, mexe com toda a gente. Penso que todos nascemos como vontade de procurar uma bola, é essa a nossa natureza. Mas se fizermos o mesmo trabalho sem bola posso-lhe dizer que custa dez vezes mais. É preciso haver um incentivo, uma alegria, uma vontade, um foco em alguma coisa para conseguirmos atingir determinados objectivos. É importantíssimo sorrirmos. O sofrimento, o espírito de sacrifício consegue-se atenuar bastante se conseguirmos aliar alegria, brincadeira com o trabalho sério. Há pessoas que se contentam com tão pouco, são tão felizes e conseguem ser bons no pouco que fazem. Mas são felizes e chega. Agora há pessoas que fazem muito, que têm muito e são tristes, não são felizes. Não rentabilizam o potencial, aquilo que realizam é pouco, podiam realizar muito mais. As pessoas devem rir-se, devem ser boas naquilo que fazem. Devemos trabalhar com alegria. Ao trabalhar brincando faz-se as coisas mais facilmente e melhor.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E6): Nunca terei a oportunidade de saber qual era a intensidade de treino ideal para conseguir o jogo bom. Em termos de clube não tive treinadores de top em que me preparassem mesmo muito bem para um jogo. Não sentia dificuldade, estava bem fisicamente, mas acho que há treinadores muito bons nisso. Na minha opinião, a intensidade que se aplica num treino nunca deve ser semelhante a um jogo. Isso não tem cabimento nenhum. Tive treinadores que davam pouco treino e muito jogo, tive treinadores que davam treino e jogo ao mesmo nível e tive treinadores que davam mais treino do que

jogo, tudo isto em termos de intensidade. Ou seja, a intensidade no treino era tão alta que estávamos mortinhos que chegasse o jogo para descansar. Eu lembro-me de um treinador que treinava cinco horas por dia e chegava a fazer três treinos num dia. A tal ignorância de que falei anteriormente. Mas tive treinadores com os quais brincávamos tanto que chegávamos ao jogo e não conseguíamos aguentar, era um exagero. Tínhamos um pico de força nos primeiros 50/60 minutos, mas não aguentávamos mais, acabávamos por fazer o resultado no início do jogo ou então se não conseguíssemos já não tínhamos hipóteses. Depois haviam aqueles treinadores que faziam treinos equilibrados. Via-se que já era mais pensado, a intensidade de jogo.

Havia de tudo um bocadinho. Na minha opinião é importante dar carga física no início, mas sempre com bola. O início deve ser mais forte para aguentar até uma certa fase. A época é longa são 10/11 meses. Chegar ao meio da época e dar um bocado mais de carga para aguentar até ao final. Os treinos devem ser curtos, rápidos, fortes, intensos, alegres e com muita bola. Faz-se na mesma, não é preciso impor. É preciso dar canais, discursos e motivação para que as coisas saiam naturalmente. Por imposição ninguém faz nada.

Havia treinadores que se impunham pelas palavras, pelo rigor, outros impunham-se naturalmente sem grande rigidez.

Um jogador profissional de alta competição a nível internacional pode-se queixar um bocadinho. Existe o problema do grande número de jogos que fazem numa época, e cada vez este problema vai ser maior. Porque a competição é tanta, cada vez há mais jogos, cada vez é preciso realizar mais capital, porque os clubes têm que suavizar o investimento que fizeram. É normal haver mais exigências com os jogadores. Se calhar vai ter que ter um fim. O ser humano vai crescendo, vai evoluindo e vai podendo fazer um, dois, três, quatro jogos por semana e se calhar vai começar a fazer naturalmente uns cinco. É um caso extremo, mas é normal já que o corpo humano vai evoluindo. Hoje em dia dá para fazer três (no fim de semana, no meio da semana, e no fim de semana), em Inglaterra já se faz isto a bastante tempo. Se for jogador internacional ainda pior. Depois do clube ainda tem a selecção. E

depois ainda vão fazer finais de época num determinado país para realizar dinheiro, capital. Se no início do ano vão para um torneio acabam por ter quase que viver dentro do clube. Se calhar num futuro próximo ou longínquo vais ser mais ou menos isso, as casas vão estar dentro do clube.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E6): Mais no aspecto psicológico, psíquico que não conseguia melhorar por causa de alguns entraves que tinha. Nomeadamente com palavras mal utilizadas, treinadores um bocadinho mais hostis, mais negativos, mais “maus”. Se calhar senti-me as vezes um bocadinho bloqueado em não crescer, em não evoluir, em não aprender. Mais por causa deste tipo de observações. A parte psíquica, mais psicológico do que propriamente físico, técnico. Acho que o físico é um complemento do psíquico. Se não estivermos bem da cabeça não vamos melhorar, não vamos conseguir ultrapassar, não vamos crescer. Se calhar em alguns aspectos não conseguia crescer mais. Mais tecnicamente, mais futebolisticamente falando. Por causa do tal psíquico. Passei vários momentos difíceis que tinham mais a ver com a cabeça do que com o resto.

Quanto ao meu estado de saturação posso dizer que dependia dos treinadores. Havia épocas em que acabávamos e queríamos continuar, havia outras épocas em que a meio já estávamos cheios. Com alguns treinadores queríamos ir treinar e tínhamos gosto em ir treinar, com outros se calhar nem queríamos levantar. Penso que também ter a ver com a parte do psicológico.

O momento em que me apercebi que não iria alcançar aquilo que queria foi frustrante. Foram momentos maus, mas que acima de tudo temos de ultrapassar. Eu não delineeie outra coisa que não fosse chegar a alta competição. Alias eu não via coisas para baixo, que era coisas que os meus colegas viam. Como fui para o futebol por acaso, eu ia se calhar chegar a este nível porque eu vi sempre coisas muito altas. Apesar de não ter chegado é porque não tinha que chegar. Eu fui para o futebol por acaso, não foi uma coisa de tradição, dos meus pais jogarem futebol ou de me incentivarem. Não, eu fui por causa de um amigo meu que era meu vizinho. Se não tinha vivido naquela

casa se calhar nunca tinha ido para o futebol. O que eu quero dizer com isto é que acho que até fiz mais do que pensava.

Eu não conhecia os clubes da segunda divisão. Quando vou para o FC Porto, para treinar fui atrás de um colega meu para brincar, tinha 10/11 anos. Para não estar sozinho em casa fui brincar. Fui para ali, fui jogando, fui crescendo, fui internacional. Não estava a espera. E conhecia o Benfica, o Porto, o Sporting e o Guimarães. Eu só conhecia clubes da primeira divisão. Tinha colegas no futebol que conheciam a terceira divisão, o distrital, conheciam tudo. Eu só me começo a perceber quando passo a sénior e vou para o União de Lamas. Também há segunda divisão? Sabia que havia, mas não olhava para as segundas b, segundas de honra, não tinha esse foco. Os meus colegas sabiam e acompanhavam os jogadores todos. Penso que até consegui bastantes coisas porque foquei sempre aqueles patamares.

Quando estava bem da cabeça fazia coisas incríveis, mas quando estava um bocadinho mal já não saia nada. Portanto, penso que o factor psicológico influencia muito e deveria ser aperfeiçoado cada vez mais. No factor psicológico corres, trabalhas, ganhas antes mesmo de ganhar. É tudo mais fácil, consegue-se fazer coisas incríveis. Vi jogadores que não tinham jeito nenhum a serem grandes estrelas de futebol. Não tinham jeito, mas tinham uma capacidade enorme de superar as dificuldades.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E6): Foi começar a aprender a ser um bocadinho mais dado, mais positivo, mais amigo, ser melhor pessoa. Foi uma experiência muito boa, porque viajei muito, conheci muitos colegas, nos ajudamos, melhoramos todos os dias. É um bocado subjectivo reduzir isto a duas ou três palavras. No fundo ser melhor pessoa, ser melhor profissional, sentir que temos que nos entre ajudar todos, sentir que temos que fazer amigos para conseguir viver, sermos pessoas melhores. Porquê? Porque é preciso isto no futebol. É preciso conviver com pessoas, passear, passar um bocadinho o tempo, brincar, divertirmo-nos. Acho que aprendemos naqueles momentos a ser um bocadinho

melhores como pessoa.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E6): O factor mais importante é a parte psicológica. Há momentos difíceis, toda a gente tem momentos difíceis. Tentar focar só coisas boas. Eu fui para o futebol por acaso e se calhar consegui porque foquei coisas altas. Mas logicamente que é preciso conseguirmos superar os momentos maus. O que influencia são as pessoas que nos rodeiam. Tentarmo-nos afastar o mais possível dos não, dos negativismos, das brincadeiras mais maldosas. Focar bem as coisas positivas, realçar as coisas positivas. Quando eu era campeão já era algo normal. Nós não valorizamos as coisas boas que temos. Por exemplo, valorizei mais quando fui campeão no Lixa em que subimos de divisão do que ser campeão da Europa de sub-18. Porque já estava habituado a ganhar. É mau, é bom? Não. Portanto, temos que valorizar as coisas boas. As pessoas não valorizam os feitos atingidos, o que é mau porque depois acabas por não ter gosto por ganhar.

O mais importante é valorizar as coisas boas, focar as coisas boas, os patamares bons, os ideais bons. Também é importante haver regras, haver disciplina. Há pessoas que conseguem impor a disciplina, vitórias, impor tudo, de uma forma suave, de uma forma natural. Há grandes líderes que se impõem naturalmente, nem precisam de gritar. Há pessoas que têm sucesso por natureza. São assim e aprendem a ser assim. Tenho a certeza absoluta que se pode aprender a melhorar.

Eu penso que está tudo dentro da cabeça do jogador. O conseguir ou deixar de conseguir.

Se o treinador for capaz de transmitir confiança ao plantel todos vão remar para o mesmo lado, todos vão conseguir facilmente as coisas.

Anexo 9: Entrevista 7

Espinho, 27 de Março de 2009 – 15h30.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 7 (E7): Talvez o facto de aos 16 anos começar a treinar e a jogar pelos juniores do Feirense, isto quando ainda era juvenil. E já fazer alguns treinos pelos seniores. Adquiri alguma experiência juntamente com jogadores que tinham o seu valor porque subiram a primeira divisão nesse ano e me deu outra capacidade em termos de futuro.

Também foi muito importante o facto de no ano seguinte jogar nos juniores do Feirense e treinar com os seniores durante toda a época, o que sem duvida me deu outro andamento. Tenho que agradecer as pessoas que acreditaram em mim.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E7): Foi um orgulho muito grande. A minha primeira internacionalização foi com 17 anos e nunca mais me esqueço de esse dia. Foi contra a Albânia no estádio nacional. Não nego que senti alguma dificuldade, algum nervosismo. Até me belisquei para saber se estava mesmo a acontecer. De facto foi uma coisa muito rápida, que sinceramente não estava a espera, porque comecei a jogar futebol com 14 anos e com 17 anos estava a jogar numa selecção nacional, que é o máximo patamar do futebol.

Foi um sentimento único ouvir o hino. Ainda hoje quando o ouço me arrepio, porque me lembra esses momentos em que representei a selecção e ficaram-me grandes recordações. Trabalhei com grandes jogadores, com pessoas extraordinárias. De facto penso que é um momento único e que fica para toda a vida.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E7): Ter tido a possibilidade de treinar a nível sénior quando ainda tinha uma idade com dois anos inferior a idade normal de se ser sénior.

Provavelmente a minha estrutura física que era boa para ponta de lança. Era um jogador alto. Penso que as minhas características se enquadravam naquilo que eles necessitavam na altura. Lembro-me perfeitamente do senhor Nelo Vingada ter ido ver um jogo meu a César, um campo pelado. Eu sabia de antemão que isso iria acontecer. As coisas correram relativamente bem.

Portanto, penso que tudo isso conjugado e realmente as pessoas terem acreditado em mim foram os factos fundamentais para que lá tivesse chegado. Quando me disseram que estava convocado para a selecção nacional não queria acreditar, porque realmente foi um impacto bastante forte. Mas pronto, felizmente se concretizou.

Digamos que não era um sonho, porque não sonhava numa coisa dessas tão rapidamente. Achava que tinha algumas qualidades mas se calhar seria de uma forma mais lenta que isso iria acontecer. Foi tudo tão rápido que nem tive tempo para pensar.

Foi um mundo novo, cheguei lá e lembro-me perfeitamente que estavam todos a mesa porque já se conheciam desde os sub-15. A maior parte dos atletas na altura vinha de trás e eu era um elemento “estranho”, mas fui muito bem recebido e só tenho que enaltecer todo aquele grupo. Hoje em dia falo com alguns deles e temos muitas saudades de nos encontrarmos, estar juntos e conversarmos. Por isso penso que todos estes agentes se conjugaram no facto eu ter ido a selecção nacional. E talvez também um bocadinho pelo meu valor, não vou subestimar isso, como é óbvio.

Penso que o facto de já treinar nos seniores ainda com idade júnior lhes terá chamado a atenção. Talvez a minha evolução tenha sido mais rápida, porque tinha melhores condições de trabalho, treinava todos os dias na relva, a exigência era maior, a minha capacidade de me superar era sempre posta a prova.

A grande dificuldade de hoje em dia (e sempre foi) na nossa formação é a transição de júnior para sénior. Há jogadores com muito valor no aspecto técnico, mas penso que se trabalha muito pouco o aspecto psicológico e o aspecto físico. Felizmente como estive a trabalhar com jogadores mais velhos do que eu, que me ajudaram também nesse aspecto. Tenho que enaltecer os

meus colegas do Feirense que na altura foram extraordinários comigo. E algum trabalho específico que fiz a nível físico. Talvez não fosse suficiente, mas ajudou-me bastante a conseguir atingir um nível que quando cheguei a selecção tinha já um Figo, um Jorge Costa, entre outros, que já vinham de trás trabalhados em clubes grandes que têm outras capacidades e outras condições de treino que os fazem evoluir de outra forma. Não só a nível técnico, porque nós a nível técnico somos um país que temos capacidades. Acho que foi fundamental o trabalho que desenvolveram comigo ou que eu desenvolvi com os seniores durante dois anos que me deu capacidades para chegar lá e dar uma resposta mais ou menos capaz daquilo que eles estavam a espera. Penso que esse foi o momento chave para conseguir atingir a selecção.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E7): Sem duvida. O treinador é soberano, está acima de todos nós (jogadores). Sempre tive uma relação muito boa com eles todos, não tenho que apontar nada relativamente a qualquer treinador que tive na minha carreira. Com todos eles aprendi bastante e acho que é fundamental que o treinador faça sentir ao jogador que ele é importante, que conta com ele, que não é um elemento que ali está que é mais um. Não, tem que ser levado como alguém importante.

Na minha opinião, o mais importante para um treinador é conseguir gerir o grupo e fazer com que todo o grupo esteja motivado. Porque hoje não estou a jogar ou hoje o treinador não “precisa” de mim, mas se calhar amanhã vai precisar e se não estiveres motivado e na tua melhor forma física e psicológica (para mim é o mais importante de tudo) de certeza que não vais dar uma resposta cabal. Por isso penso que o papel do treinador é extremamente importante e fundamental nesse aspecto.

Com todos eles aprendi coisas boas, outras menos boas. Tive a felicidade de trabalhar com bons treinadores. Mas sem duvida o treinador que mais me marcou foi o Carlos Queiroz. Ele naquela altura estava 20/30 anos a frente dos outros todos. Porque aqueles trabalhos que eu vejo a fazer-se hoje

em dia eu já fazia a 20 anos atrás. Respeito que as pessoas digam que ele só treina camadas jovens, que se calhar não sei que nos seniores, esta polémica toda, mas estou a torcer para que tenha sucesso porque ele merece. A melhor resposta que ele pode dar a toda esta polémica é o facto de se ter andado quase 15 anos, e as pessoas não se lembram disso, a viver um bocado do trabalho que ele fez. Porque 90% dos atletas que fizeram parte desta geração e das selecções A durante todos estes anos foram fruto do trabalho importante que ele desenvolveu a nível de formação.

Falando de treinadores mais concretamente a nível sénior, todos eles foram importantes na minha carreira, uns mais outros menos, porque nem sempre consegui corresponder aquilo que eles queriam. Se calhar também esperava mais deles relativamente a mim.

O mais importante é o jogador sentir que realmente o treinador está com ele, que confia nele, independentemente dele jogar ou não. Porque estás trabalhado da mesma forma, vais estar motivado da mesma forma e vais saber mais cedo ou mais tarde estando ou não a jogar que a tua oportunidade vai surgir. Estando a jogar tens que trabalhar, porque sentes que se não trabalhares ele vai meter outro. Acima de tudo ser justo com todos, penso que isso é importantíssimo. Houve treinadores que tive que foram mais, outros menos. Mas não vou estar aqui a especificar.

Mais do que os treinadores até posso dizer que, se calhar, foi o facto de não ter tido estabilidade 2, 3, 4 anos no mesmo clube. Eu tive cinco anos de contrato com o Porto, quando assinei pelos juniores do Porto assinei um ano de júnior e dois de sénior. Entretanto renovaram-me o contrato, só que andei 4 anos sistematicamente a ser emprestado. O que penso que não foi muito bom para mim, porque eu queria ficar no mesmo clube no ano seguinte, mas o Porto tinha alguma influência sobre mim e acabava por ir para ali, para acolá, ou seja, nunca criei raízes, estabilidade emocional, confiança no mesmo clube para poder fazer duas ou três épocas para depois poder desenvolver mais as minha capacidades, para se calhar poder ter dado o salto. Penso que isso foi o ponto fundamental de não ter conseguido chegar um bocadinho mais além.

A nível de treinadores como é óbvio também tiveram essa influência,

porque praticamente só trabalhei dois anos com o mesmo treinador, o resto foi tudo com treinadores diferentes. Todos eles pensam de forma diferente e eu todos os anos tive que me adaptar a formas de pensar diferentes, a formas de trabalhar diferentes. Se calhar estava habituado a um, mas no ano seguinte já me tinha que habituar a outro e isso é realmente importante. Se o jogador se consegue adaptar e ter um treinador 2,3, 4 anos consegue ter um rendimento muito superior do que se tiveres um este ano, outro no ano seguinte. Isso será um facto muito importante para o desenvolvimento da tua capacidade em termos de futuro.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E7): Sobre os dirigentes não tenho assim muito que falar. Passaram-me um bocadinho ao lado. Era uma pessoa que fazia o meu trabalho e não me preocupava muito com quem dirigia. Como é óbvio sabia quem era o presidente, sabia quem era o departamento de futebol, sabia a quem me dirigir quando tinha um problema. Isso é extremamente importante para o grupo, neste caso eu saber que tenho o apoio dessa pessoa, sentir confiança.

Houve clubes onde tive directores que me foram mais queridos, que estiveram mais próximos, que me ajudaram mais, outros menos, é normal. É a maneira de ser e nós temos que nos adaptar a isso. É importante que a pessoa que está ligada ao futebol, ao grupo, tenha sensibilidade e que perceba que o atleta x precisa ser tratado de uma determinada forma. No fundo tem que ter sensibilidade para perceber que quando se tem que dar uma palmada nas costas se dá, mas quando se tem que dar um puxão de orelha também se dá, porque há momentos para tudo.

Em termos de influência provavelmente num clube que eu estive (não vou dizer o nome) teve influência porque no ano em que faço, na minha opinião, a minha melhor época, porque eu joguei cinco anos na primeira divisão, depois fui para um clube de segunda divisão que fez uma grande aposta para subir e subimos de divisão em que e fui o melhor marcador com 15/16 golos nesse ano, em que esse clube já não tinha um jogador que marcasse assim golos a

mais de dez anos. Tinha contrato, confiei nas pessoas, sempre fui uma pessoa que confiei demais nas pessoas, se calhar por isso também as coisas não me correram tão bem. Tinha um contrato de três anos para assinar, vou de férias tranquilamente e quando vou para assinar contrato dizem-me que me iam pagar os dois meses que deviam, o prémio de subida, mas que não queriam que eu ficasse. Isso aí tenho que dizer que teve uma grande influência, porque era um contrato de três anos, era um bom contrato, não só a nível financeiro, mas também a nível profissional. Esta situação destroçou-me por completo, porque não estava a espera até porque era um clube que me marcou profundamente, tanto a nível profissional como pessoal. Identificava-me bastante com essa terra, com as pessoas, acho que também se identificavam com a minha maneira de estar e ser, que na minha opinião também é muito importante sentires-te bem no clube onde estás. Para mim eu estava no clube certo, no momento certo e ia assinar mais três anos quando tudo se desmoronou. Isso como é óbvio, foram os dirigentes que o fizeram ou outros interesses que a gente sabe que infelizmente existem (empresário, etc.). Também nunca tive nenhum empresário. Ao falarmos de dirigentes penso que esse foi o momento em que mais tenho que dizer sobre eles.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E7): É assim, muitas vezes as pessoas costumam perguntar: “tu não marcavas muitos golos como ponta de lança?” Porque fundamentalmente a um ponta de lança pede-se golos e eu nunca me considerei um goleador nato, mas sim como um segundo avançado, como um homem que jogasse ali com outro no apoio. Fisicamente não era um sobre dotado e antigamente usava-se pitão grande e afiado, as entradas eram mais viris. Eu penso que o jogador tecnicista, o jogador inteligente, o jogador mais elaborado antigamente era muito pouco protegido, levava muita porrada. Eu senti que da parte do adversário havia sempre muito mais agressividade sobre mim. Depois há outro factor, eu joguei sempre em equipas da primeira divisão que lutavam para não descer de divisão, ou seja, quase sempre jogava sozinho na frente. Tinha muita

dificuldade porque nunca fui um jogador rápido, era inteligente, técnico, mas faltava um bocado de capacidade física e de explosão para conseguir superar dois ou três defesas, isso era muito difícil para mim. Portanto, sem apoio mais difícil se tornava. Penso que isso foi um dos factores fundamentais.

A nível de primeira divisão o facto de ter feito poucos golos e não ter conseguido ai ter dado um passo em frente. Quando joguei numa equipa que queria subir de divisão, que jogava um futebol aberto, um futebol apoiado, de ataque, fiz 16 golos nesse ano.

Penso que está ai um bocadinho a explicação do porquê eu não ter conseguido ir mais além. Provavelmente o nível das equipas onde joguei na primeira divisão era reduzido, já que lutávamos sempre para não descer de divisão. Quando íamos jogar fora o ponta de lança saia e metiam mais um trinco, mais um defesa, um pontinho está bom. Hoje em dia se calhar já não se joga tanto assim, vejo o futebol um bocadinho mais aberto. Costumo dizer que se jogasse nesta altura se calhar era diferente. Mas pronto é a minha maneira de pensar, não quer dizer que fosse melhor ou pior, foi o que aconteceu e não há que lamentar. Basicamente penso que foi um dos factores fortes.

A nível profissional não têm nada a apontar-me, porque felizmente em todos os clubes onde passei nunca tive um processo disciplinar, não tive nada, não foi por ai. A nível de vida particular provavelmente quando fui para o Belenenses com 23 anos e sem família. Senti muita dificuldade em me adaptar a Lisboa, também sempre fui um bocado caseiro, estar perto da namorada, dos amigos. Faltou-me realmente aquela capacidade mental que é muito importante (lá está a parte psicológica) para poder singrar numa cidade diferente. Acabava por chegar a casa, olhar para as paredes e perguntar-me o que é isto? Não havia o computador, não havia a internet, se houvesse se calhar agora estava lá. Penso que isso também foi um factor, a minha parte psicológica. Já que estou a falar no aspecto psicológico penso que é fundamental para clubes que querem um rendimento máximo do jogador terem um psicólogo. Nem que vá lá uma ou duas vezes por semana. Penso conseguia mudar um bocado a forma do jogador pensar e fazer com que ele rendesse muito mais. Eu falo nomeadamente no Belenenses em que as

peessoas sentiam que eu realmente andava triste, porque sempre fui uma pessoa alegre, que tenho a necessidade de estar com pessoas, de estar com os amigos, de estar perto da família e parecia que faltava um bocado de mim. Não me conseguia adaptar aquilo. Também acho que foi um dos factores fundamentais para o facto de não ter conseguido ir um bocadinho mais além. Porque a nível sénior foi o clube onde estive com mais projecção, mas infelizmente estava muito longe. Chega Dezembro desse ano em que entra o Mister João Alves que me colocou a jogar logo no seu primeiro jogo, fiz 4/5 jogos seguidos com ele, mas depois acabou por me tirar da equipa. Tudo bem, são opções e eu respeitava. Andou 2/3 meses sempre a incentivar-me, a dar-me grande moral, só que jogava muito pouco, andava completamente desmotivado e acabei por vir para o norte. A meio da época pedi para ser emprestado e acabei por ser emprestado ao Gil Vicente. Julguei que seria o melhor para mim, fiz uma grande segunda volta no Gil Vicente, até porque depois vou para o Salgueiros (nessa altura estava na taça UEFA). Foi na altura que o Edmilson vai para o porto e eu venho para o Salgueiros e o Mário Reis disse-me: “o Edmilson vai para o Porto tu vens substitui-lo e para o ano és tu que para lá vais”. Mas as coisas não correram como eu queria, fui para o Salgueiros onde não me consegui adaptar a maneira de treinar do treinador, a forma de ver o futebol do treinador. Ele quis-me adaptar a uma posição que nunca foi a minha (extremo esquerdo) em que tinha de defender um bocado e essa nunca foi a minha característica.

Houve vários factores que fizeram com que não conseguisse chegar um bocadinho mais além. Provavelmente o facto de não ter empresário também pesou bastante. Se calhar não ter tido um empresário que chegasse a minha beira e me aconselhasse. Como aconteceu com alguns colegas meus que conseguiram através de alguns empresários chegar mais longe.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E7): Sim, sem duvida. Eu costumo dizer que o futebol é uma escola de vida. Desde muito novo, 13/14 anos, comecei a jogar, sempre fiz uma vida

bastante regrada porque realmente tinha que ser. Eu tinha colegas meus que não faziam uma vida tão adequada e conseguiam chegar ao domingo e render, se calhar, tanto ou mais do que eu e ter capacidade física. Mas se eu não o fizesse notava-se perfeitamente. É extremamente importante termos uma grande noção de responsabilidade, porque no fundo e quando comecei a entrar no futebol a sério, a nível profissional tive que me mentalizar, isto foi quase desde os meus 16/17 anos. A minha infância quase que se perdeu. Raramente saía com os meus amigos. Chegava ao sábado a noite ou a sexta-feira a noite e os meus amigos saíam normalmente. Isso ficou fora do meu horizonte, porque se queria ser alguém no futebol tinha que o fazer. Não estou arrependido de o ter feito, acho que é realmente uma escola de vida porque nesse aspecto temos que ter umas regras próprias, temos que ter horários, temos que ter uma boa alimentação, temos que controlar determinados instintos que quando somos novos gostamos de os ter (ir para uma discoteca, sair com uma menina, sair até as tantas). Não que não o tenha feito, mas nas alturas certas, porque também não somos de ferro, temos que descontrair um bocado senão arrebenta.

Sinceramente não me arrependo nada de ter sido futebolista. Mesmo hoje em dia (já deixei de jogar a sete anos) ainda tenho aquela mentalidade de jogador de futebol.

O futebol nos ajuda basicamente a nível das regras que temos que ter, a nível profissional, a responsabilidade que nos foi inculcada já desde muito novos, o espírito de grupo, a camaradagem, tudo uma serie de factores que são importantes num grupo para que nos sintamos bem dentro dele e para que também sejamos bem aceites. Penso que isso se conquista naturalmente, uma pessoa vai percebendo ao longo do tempo que se conquista naturalmente. Quando somos mais novos ficamos na dúvida se vamos ser bem aceites aqui ou ali. Mas penso que com o tempo e com a maneira de ser e estar se formos uma pessoa correcta somos bem aceites e penso que isso também é muito importante.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E7): Criar uma determinada regra de vida, tentar ter uma postura correcta, ser rigoroso consigo mesmo, ter metas para atingir, ser ambicioso, saber estar dentro de um grupo, saber lidar com um grupo, saber lidar com varias personalidades ao mesmo tempo, saber que se pode brincar com aquele colega, mas com o outro não se pode brincar da mesma maneira, porque não vai aceitar bem a bricadeira. Isso passou-se várias vezes comigo, porque lidei como montes de gente. Também podemos transportar isto para a nossa vida exterior, é fundamental. Dentro de um grupo há maneiras de pensar muito diferentes, há vários feitios. Conhecer muita gente de outros países, outras culturas, é muito importante.

Costumo dizer que isso é o que fica. Faz de nós pessoas mais ricas. Também as viagens que fiz, principalmente a nível de selecção, foram fantásticas. As vezes até me esqueço dos países que fui e começo a contar. Fica a parte cultural, visitas que fizemos a vários países, estágios para os jogos. Tudo isso é enriquecedor, é extraordinário. Por exemplo as vezes aqui no Espinho, agora estou noutra função, quando vamos numa viagem, quando vou para um estágio, quando vou no autocarro ainda me sinto um bocadinho jogador, estou no meu mundo. É muito difícil para quem deixa o futebol, pelo menos para mim foi, porque no inicio desliguei-me durante um ano e tal, viver sem o cheiro do balneário, sem o horário do treino, adoro aquilo que estou a fazer agora porque estou no meu mundo, penso que isso é fundamental. Infelizmente tive que deixar o futebol por motivos de saúde, não foi físico, foi mais psicológico. Eu bato um bocado nesta tecla, porque sempre tive esse problema. Um bocado de saturação também, por tudo aquilo que me fizeram, sentia-me um bocado injustiçado. Eu era um pessoa que interiorizava muito os meus problemas e esse facto, se calhar, fez com que acabasse mais cedo a minha carreira do que aquilo que perspectivava. Como o fiz de uma forma prematura tive muita dificuldade para depois ver o mundo real. O mundo do desporto, do futebol é uma coisa e ir lá para fora para o mundo real é completamente diferente. Embora saibamos que o futebol também não é fácil. Também há muita coisa no futebol que por vezes nos passam ao lado, outras não passam, mas também são muito difíceis de lidar e saber contorná-las.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E7): A minha mãe não, o meu pai sim me pressionava. Não me posso queixar da infância que tive, nem dos pais que tenho. O meu pai sempre foi uma pessoa extremamente rigorosa, também com ele próprio, fruto da educação que teve, porque o meu avô também era assim comigo, embora avô não é pai, mas também o ouvia muito. O meu avô faleceu quando eu tinha vinte anos e senti muito, porque vivi alguns anos com os meus avos.

Senti que houve uma grande influência da parte do meu pai. Não que ele me quisesse mal, como é obvio. Mas sim pela forma como ele foi educado, também me tentou educar da mesma forma, ou seja, um bocado na pressão. Nos momentos bons estava tudo bem comigo, mas não era capaz de chegar a minha beira e me dar os parabéns pelo que tinha feito. Mas quando estava mal vinha logo com indicações para fazer as coisas de uma maneira e não de outra.

Penso que se perdem muitos jogadores, principalmente na formação, por causa da má influencia dos pais. Não porque eles queiram, mas é porque se calhar não têm cultura desportiva, por norma, porque as vezes aqueles que têm cultura desportiva são os piores. Querem a toda a força que os meninos sejam jogadores de futebol. O meu pai nunca me forçou a isso, não estou a falar nesse aspecto, estou a falar mais no aspecto do apoio. Quando estás mal é que precisas de apoio, não quando estás bem. Quando estás bem uma palavrinha, óptimo, continua.

No meu terceiro ano de sénior tinha acabado no Paços de Ferreira, estava na selecção de esperanças, fiz uma grande época, fiz muitos golos na selecção de esperança e o Porto disse que esse ano iria ficar no clube. O meu pai entra no quarto as 8h da manhã e diz-me: “vê lá se agora não aproveitas essa oportunidade”. Aquilo ainda me criou mais pressão, em vez de me dizer para aproveitar e dar o meu melhor, penso que deve ser assim. Não tem que ser na base da força, da pressão. Comigo não funcionava, se calhar com outras pessoas funciona. Tudo o que era para pressionar inibia-me e já ficava um bocado receoso de enfrentar a situação. Só o facto de começar a época no Porto já intimidava, ter que treinar a beira daqueles jogadores, ainda não era

nada, ia tentar ser. Nunca tive problemas de equipar a beira deles, sempre foram extraordinários comigo, não tenho nada a dizer daquele clube e daquelas pessoas que lá estavam na altura, grandes nomes do nosso futebol. Tive sempre uma relação espectacular com todos eles.

É muito importante que os pais tenham a noção de como devem ajudar os filhos, não impingindo as coisas. Incentivar na altura certa, não de uma forma efusiva dizendo tu és o maior, porque ninguém é o maior. Principalmente a nível da formação, nunca se sabe se um miúdo vai ser jogador, porque há muitos factores, muitos anos pela frente para lá chegar e depois de lá chegar ainda há muito para pedalar para chegar lá cima.

O meu pai teve alguma influência “negativa” pelo facto de me criar alguma pressão.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E7): Teria ido para o Porto 2/3 anos antes. Porque só estive um ano nos juniores do Porto. Era e é muito raro entrar um jogador só com um ano de formação. Eu entrei porque também já estava na selecção e também porque eles realmente viram valor em mim, que tinha capacidade para ir para lá e foi por isso que fui. Mas se estivesse ido 2/3 anos antes conseguia-me adaptar muito melhor ao um clube grandioso como é o Porto, como é o Benfica e como é o Sporting. Tive essas possibilidades também, mas optei pelo Porto, porque estava mais perto de casa. Não me arrependo nada, tem uma escola de formação fantástica. Ganhei em termos de agressividade bastante, mas se tivesse lá mais 2/3 anos provavelmente o meu nível de agressividade, a potência muscular e o nível físico teria sido outro. Com certeza teria melhora a nível psicológico também. Ai tenho toda a certeza que com o trabalho físico e psicológico que poderia ter feito durante esses 2/3 anos e que não fiz, poderia ter atingido, sem duvida nenhuma, outros patamares. Eu gosto pouco de falar de mim, mas pelo que via de certeza absoluta, com mais confiança em mim próprio e tendo trabalhado mais tempo no Porto, conseguiria atingir outros patamares.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E7): Já senti mais. Posso ser apelidado de ser da velha guarda, mas não sou. Antigamente (10/15 anos atrás) tinha que se ser mesmo craque para se chegar a um grande. Na minha opinião, hoje em dia se tiveres um bom empresário e ele tiver boas ligações, claro que também tens que ter algum valor, mas se for um valor razoável se calhar ele faz de ti um grande craque. Hoje em dia faz-se muito mediatismo com jogadores que eu acho que são bons jogadores, mas não são para aquilo tudo. Antigamente tinhas que ser mesmo bom para chegar lá. Tanto é, que todos os contratos que tive foi eu que os fiz, nunca tive empresário, não tinha ninguém que me “ajudasse”. Se calhar não tive alguém na minha carreira que dissesse assim: “vou apostar em ti, tens qualidades por isso vou-te ajudar a chegar lá”. Quando sai do Porto por decisão própria deveria ter tido alguém a dizer: “deixa-te ficar ai, não te mexas, porque eu sei que não te deves mexer”. Ficava a ganhar 200, mesmo quando poderia ir ganhar 800, mas se calhar daqui a 2/3 meses estás a ganhar 1000 ou 2000. Deixava-me estar, aguentava, porque iria ter a minha oportunidade. Não tive alguém por trás a dizer-me isso. Nunca me esqueço que dei uma entrevista a um jornal desportivo e disse que estava interessado em sair, porque se calhar não iria ter muitas hipóteses de ficar no Porto, disse que tinha clubes interessados. O João Pinto, que era o lateral direito do Porto, chega a minha beira e diz-me “tu tens é que trabalhar aqui, porque é aqui que tu vais render, não estejas a pensar em outras coisas”. Essas palavras estão aqui até hoje e se fosse agora tinha feito o que ele me disse, porque o João Pinto não era um jogador qualquer que ali estava, era o grande capitão do Porto, e ele para me estar a dizer aquilo é porque sabia alguma coisa, porque normalmente o capitão tem acesso a algumas coisas que os outros jogadores não têm. Já me apercebi desta situação a algum tempo, mas na altura queria jogar, não queria ficar um ano parado. Infelizmente acabei por sair. Mas também me lembro de uma peripécia que me aconteceu nessa altura, fomos fazer um jogo treino a Santo Tirso e nós íamos numa digressão a Croácia, já tinha saído a convocatória e eu estava convocado. Tive uma rotura de ligamentos no pé

direito e acabei por ser desconvocado. Penso que também foi uns dos motivos que não me deixou ir mais longe, porque se eu vou a essa digressão penso que poderia ter acontecido algo de bom para mim. Na minha vez foi o Secretário. E ele disse-me: “vou ficar aqui, é o meu último ano de contrato, só se eles me quiserem mandar embora, senão vou ficar até ao fim”. Felizmente teve sorte. Mas se calhar também foi um dos factores que influenciou. Há tanta coisa, que eu não posso dizer foi isto. Há um conjunto de factores. É a sorte, é o momento certo, é o treinador certo, é o jogo certo.

Penso que hoje em dia é mais fácil chegar lá cima do que era antigamente. Dantes tinhas que ser mesmo bom para chegar lá, sem dúvida.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E7): Sem duvida que lesões graves afectam sempre o nosso rendimento. É das coisas mais frustrantes para um jogador de futebol, porque para adquirires a tua forma máxima, para te sentires bem é preciso muito tempo e para a perderes é um instante. Tens uma lesão e depois para recuperares é muito complicado. Paras uma semana ou duas, vai quase tudo por agua abaixo. Felizmente na minha carreira nunca tive lesões graves. Tive uma fissura no perónio, enquanto júnior no Porto, tive parado dois meses, dois meses e meio. Comecei a época de sénior com um bocadinho de dificuldade, mas não me atrapalhou. Depois foram basicamente entorses, mas coisas recuperáveis, nunca tive nada que me fizesse parar durante muito tempo. Se calhar a mais chata e menos visível foi a pubalgia durante um ano e meio no Paços de Ferreira e Beira Mar. Eu como jogador alto já dava uma imagem de lentidão, então com a pubalgia parecia que andava a puxar um camião. Andei quase um ano e meio a tomar injectáveis para treinar e para jogar. Embora fizesse o reforço que me mandavam fazer, mas as dores eram insuportáveis e eu de alguma forma não queria parar, porque estava com 21 anos, em que só queria jogar e dava para tudo, se fosse agora parava, não tinha feito isso. Porque mais tarde veio-se a reflectir, uma pessoa depois sente tudo. Infelizmente aconteceu-me essa aí, mas felizmente depois no Beira-Mar, na

parte final, consegui começar a recuperar. Entretanto fui para o Belenenses e num tratamento de um mês fiquei completamente curado e nunca mais senti nada.

É muito importante não ter lesões, principalmente nas alturas em que estamos em boa forma, estamos a aparecer e estamos a dar nas vistas. Porque se vem uma lesão realmente vai tudo por água abaixo.

Depois tive uma rotura ou outra, mas coisas de uma semana ou duas, nada por aí além.

A pubalgia afectou-me um bocadinho. Porque tudo aquilo que tomas enquanto jogador de futebol, por exemplo um Voltaren que eu tomava todos os dias para me tirar as dores, aquilo não me estava a tratar, estava-me a enganar a dor. Hoje em dia sei, se calhar na altura não sabia, só tomava porque ficava sem dores e dava para correr, treinar e jogar. Só que a nível de fígado é nefasto, não é bom. Se calhar cheguei aos trinta anos e não aguentava mais, porque isso me deu cabo da cabeça, já não tinha andamento para andar aqui. Eu sou uma pessoa que gosto de estar num sítio e saber que estou a render, se não estou a render é melhor não estar. Foi isso que meti na cabeça, já não dá. Talvez tenha sido uma das coisas que se passaram que mais me afectaram, a nível desse tipo de tratamento.

A lesão é das coisas mais tristes, é tu querer e não poderes. Há tanta concorrência que se não estás bem, não consegues fazer um ano ou dois de bom nível porque tens uma lesão vai tudo por água abaixo.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E7): Penso que sim. Tive treinadores que eram extremamente rigorosos, mas é assim: trabalho é trabalho, conhaque é conhaque. Penso que dentro do trabalho deve haver sempre um espírito aberto. Um espírito em que não entra aquela dita brincadeira, porque quando estamos a treinar estamos a trabalhar, temos que ser sérios. Mas haver uma certa liberdade para o jogador se sentir “descontraído” a fazer as coisas. Tive treinadores que aquilo era uma pressão incrível, em que estava a treinar com medo de falhar, então se estás a treinar com medo de falhar a jogar meu Deus.

É muito importante que se incuta a responsabilidade. Tive um treinador que dizia assim: “o máximo de liberdade, o máximo de responsabilidade”. Acho que isso diz tudo. É assim, tens liberdade, mas tens que ser responsável. Tens uma linha a dividir, se passas essa linha estás a passar para o lado errado e se estás a passar para o lado errado o problema é teu. Não se tem que andar de chicote. Antigamente usava-se um bocado disso. Perdias o jogo e o treinador castigava-te, terça-feira em vez de fazer treino de recuperação ias subir escadas com jogadores as costas e é por isso que hoje em dia as minhas costas parecem a linha do comboio, todas curvadas. Coisas que não têm qualquer fundamento hoje em dia.

É muito importante aliar ao trabalho algum momento de “diversão”, ou seja, ter alegria no trabalho. Ter prazer naquilo que se está a fazer. Vamos supor que tens um treino de uma hora e meia em que estás concentrado para fazer as coisas como devem ser, acho que isso é importantíssimo, acabando essa hora e meia podemos brincar um bocadinho. Isto funciona como recuperação física, psicológica, em termos de motivação para o próximo treino. Eu detestava já saber o que ia fazer em cada treino, a rotina a mim mata-me. Eu tive treinadores que sabia que a segunda-feira ia fazer aquilo, a terça-feira ia fazer aquilo, a quarta-feira ia fazer aquilo, era muito saturante. Há que inovar. Felizmente tenho o segundo nível de treinador de futebol, andei lá muitos anos como jogador, também tive a experiência de treinar miúdos durante 3/4 anos, também foi importante e tentava sempre inovar. Eu sentia isso como jogador e não queria que os meus jogadores sentissem isso, ou seja, saturassem do mesmo treino. Podes fazer montes de exercícios, com o mesmo objectivo, mas podes varia-los. Eles estão a fazer uma coisa que é diferente, mas estás a trabalhar a mesma coisa, o que te interessa. Antigamente ligava-se pouco a isso. Era quase de chicote, tem que ser assim e é assim que tem que ser. Penso que isso não é muito correcto e hoje em dia as pessoas estão a mudar nesse aspecto.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E7): Tive treinadores que chegava ao fim e era para descansar, estava morto. Trabalhava tanto a semana que não entendia como conseguia render ao domingo, eu falo um bocadinho por mim. Deve-se treinar bem, sou apologista de que se deve trabalhar bem, mas nos dias certos e na altura certa. É extremamente importante o treinador perceber quando é que a equipa está cansada fisicamente, psicologicamente. Por exemplo, planeias o treino tático em que sabes que a equipa não está bem psicologicamente, está a chover, está frio, vais dar um treino tático que normalmente é parado. Quantas vezes fiz isso, gelado e cheguei a questionar-me o que estava ali a fazer? Nada. O teu rendimento no fim do treino vai ser zero. Estives-te ali a “enganar”, porque o treinador não vai tirar rendimento nenhum daquele treino. O treinador tem que perceber, não é dar aquilo que os atletas querem, mas perceber a forma e a altura certa para dar um determinado tipo de treino, como é obvio ele tem que seguir os seus tramites e aquilo que ele acha que a equipa precisa, mas há alturas certas para ter em conta aquilo que o jogador está predisposto a fazer. Isto é extremamente importante porque a motivação do grupo também vem muito daí.

Tinha treinadores que quando perdíamos os jogos ao domingo como castigo dava uma coça na terça-feira. Ou seja, vinha morto do jogo, cheio de dores musculares, cheio de pancadas, todo pisado e ainda ia subir bancadas. Estava morto, mais morto ficava. Estou morto toda a semana, vou estar morto no domingo.

É muito importante saber dar o treino, saber dar a carga na altura certa. Muita gente chega ao domingo abaixo das suas capacidades. O que se pretende em termos de alta competição? Essencialmente estar bem para jogar.

Na minha opinião a intensidade a que fui submetido em determinados clubes e com determinados treinadores não foi a mais correcta. Felizmente joguei na primeira divisão, mas em clubes com muitas dificuldades, treinávamos em pelados e depois íamos fazer um jogo no relvado que é completamente diferente. Tive jogos em que me perguntava como seria possível jogar, porque no aquecimento já não me conseguia mexer, parecia que cada perna pesava trinta quilos. Porquê? Excesso de carga e depois não

estar habituado a treinar num piso onde ia jogar.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E7): Sinceramente não, eu sempre fui uma pessoa muito exigente comigo própria. Sempre pensei que tinha algo a aprender. As pessoas que pensam que já sabem tudo, que já não têm mais nada a aprender, que já treinaram tudo, que já trabalharam tudo estão enganadas, sou um bocado retrógrado em relação a estas pessoas. Sempre pensei que até ao último dia que jogasse poderia aprender e melhorar algumas qualidades, isso esteve sempre no meu pensamento.

Penso que é fundamental no final do treino deixar 10/15 minutos para fazer trabalho específico com o jogador A, B ou C. Fazer treino complementar. Eu nunca tive esse treino complementar como ponta de lança. Eu treinava da mesma forma que treinava o defesa central, como treinava o médio centro, como treinava o lateral, não pode. Eu tinha que treinar como eles, mas depois tinha que ter um treino específico para a minha posição. Se eu quisesse fazer tinha que pedir ao treinador. Mas depois era apelidado de puxa saco. As vezes, sentia-me inibido por o fazer, porque eles pensavam que só estava a fazer isso para puxar o saco. Não, estava a tentar melhorar as minhas capacidades. Isso não devia ser eu a fazê-lo, deviam ser os próprios treinadores no planeamento a determinar o que cada jogador deveria treinar de uma forma específica para ser cada vez melhor. Felizmente hoje em dia os horizontes estão mais abertos. Por isso é que digo que se calhar nasci na altura errada.

A partir dos meus 26/27 anos, principalmente com aquilo que me fizeram em determinado clube (ter sido duas vezes dispensado) a minha imagem fico um bocadinho desgastada. A partir daí criou-se uma grande saturação dentro da minha cabeça, porque eu disse assim: para que tanto sacrifício? Porquê me fizeram isto? Será que vale a pena? Lá vou eu outra vez para estágio, lá vou eu outra vez para não sei que. Entretanto acabei a minha carreira na minha terra, tive outras propostas e não quis. Preferi ficar perto porque já estava num estado de saturação, mas de saturação psicológica. Não estava saturado de

jogar futebol, estava saturado daquilo que me tinham feito. Porque jogar futebol jogava até aos quarenta se pudesse. Confesso que nesse ano decidi ir para a Ovarense porque tinha quase a certeza absoluta que iríamos subir a segunda liga. Prefiri ficar na minha terra e se tudo corresse bem subiria de divisão. Lembro-me que fazíamos estágios quase todos os fins-de-semana, o que já me custava muito e criou ainda mais saturação do que aquela que já tinha e pensei: isto já não é para mim. Entretanto joguei mais um ano, mas foi o último. Foi uma bola que se foi acumulando que teve também muito a ver com o stress acumulado ao longo dos anos a nível do desporto profissional, que não é nada fácil. É muita pressão, é muita exigência, muita frustração acumulada. Digamos que isso não mata, mas vai roendo aqui dentro. Penso que este factor pesa muito para alguns jogadores abandonarem aos trinta. Há outros que se calhar são mais fortes ou se calhar não passaram por situações tão complicadas. Até podem ter passado, mas reagem de outra forma, conseguem supera-las e conseguem andar. Para mim chega, saturou, acabou.

No ano em que vou para o Beira-mar tive esse problema com a pubalgia e depois estava esperançado em regressar ao Porto, pensei que iria ser nesse ano, porque até já estava melhor da pubalgia. Quando regresso ao Porto dizem-me que tinha o Belenenses, se queria conversar com eles, se queria ir para lá, e eu disse que não estava muito disponível para isso, mas que podíamos conversar. Entretanto lá chegamos a um consenso, lá tive que ir e aí senti que iria ser mais difícil em termos de futuro chegar a outro patamar. Não foi um passo atrás, porque deixava o Beira-Mar e ia para o Belenenses que era um clube com outro historial e com outra visibilidade. Não perdi a esperança, embora lá as coisas não me corressem como estava a espera. Depois quando volto para o Norte as coisas correram muito bem no Gil Vicente e depois no Salgueiros. Entretanto, aí esmoreci um bocadinho, senti que estava a fugir do meu objectivo. Já com 24 anos, não era velho, mas estava a sentir que as coisas já me estavam a fugir um bocadinho. A seguir vou para a Académica onde têm um projecto fortíssimo para subir de divisão, o contrato era bom, o treinador já me tinha treinado no Gil Vicente (tinha máxima confiança em mim), se fosse outro treinador que não conhecesse tinha ficado no Salgueiros. O

projecto era bom por isso na altura pensei que iria dar um passo atrás para depois dar dois a frente. De facto foi, porque fiz uma época extraordinária, marquei muitos golos, aconteceu o que aconteceu no fim de época e sei de antemão de fonte segura que nesse ano estive pré-convocado para a selecção A, a jogar na segunda liga. Foi numa altura em que havia uma grande carência de ponta de lanças (como sempre houve) e se saísse um dos jogadores que lá estavam eu seria chamado. Nesse momento abriram-se de novo os horizontes, mas infelizmente não se concretizou. Depois o facto de ter criado uma expectativa muito grande, de estar numa terra que adorava onde me tratavam muito bem e quando pensava que iria continuar tudo se desmoronou. A partir daí sinto que foi o momento chave em que comecei a sentir que muito dificilmente, depois de todo o esforço que tinha feito, conseguiria chegar lá cima.

Lidei muito mal com essa situação. Sai da Académica nesse ano. Na altura em que eles me dizem os clubes já estavam quase todos fechados, vim parar ao Espinho. Nesse ano o espinho tinha descido da primeira divisão para a segunda. Prometeram-me um projecto grandioso para subir de divisão, mas infelizmente chego aqui e tenho uma equipa débil, cheia de jogadores que vinham da segunda divisão B. Senti que a minha vida não era aqui. Chega a meio da época e volto a Académica, porque me vieram convidar novamente, o treinador tinha saído e o que entrou também já tinha sido o meu treinador no Belenenses. Lá fui outra vez para a minha terrinha, para o clube que eu gosto, tenho 26 anos pode ser que volte a brilhar. Acabei bem a época, sou apresentado no início da época, mas sou novamente dispensado desse clube. Não podia ser possível, para mim acabou. Entretanto aparece-me o Varzim que também tinha descido da primeira para a segunda e queriam contar comigo para tentar subir a primeira. Nesse clube as coisas não correram muito bem, então aí senti que foi, pronto agora acabou. Depois vim parar aqui a Ovarense em que num ano estava na primeira divisão e passado ano e meio estava na segunda B. Isso não é desprestígio para ninguém, porque eu não tinha problema de até jogar na terceira, desde que me sentisse bem jogava em qualquer lado. Tinha o prazer de jogar futebol jogava em qualquer lado.

O que é facto é que desmoronou e aquela saturação criada por ter sido dispensado duas vezes no mesmo clube e outras coisas mais que se passaram me levaram ao estado de saturação. Só joguei meia época, mesmo sendo o segundo melhor marcador da equipa. Sem saber porquê deixei de jogar, 4/5 meses sem jogar. Ouve um treino em que o treinador divide os titulares e não titulares, os titulares deram uma corridinha e foram tomar banho, os não titulares (como eu) demos uma corridinha também e chamou todos, menos a mim. Os não titulares (menos eu) estiveram a trabalhar a finalização e eu sozinho a olhar para eles. Ai parou, eu não mereço isto, porque tenho sido sempre um bom profissional. Tive que entrar pelo balneário dentro e dizer-lhe tudo na cara. Passadas duas semanas já estava a jogar. Coisas inexplicáveis. Por isso é que te digo, há muita coisa no futebol que a gente não sabe o porquê delas acontecerem, mas o que é facto é que elas acontecem. E tu dizeres assim: é só o meu valor? Não, há muita coisa.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E7): De uma forma global ter sido profissional de futebol. Porque foi tão rápido, nem eu estava preparado para isso. Eu com 19 anos já estava na primeira divisão e a jogar. Em cinco anos fui de uma equipa da distrital, de uma aldeia, para a primeira divisão. Eu próprio me perguntava que se passa aqui? Esta foi a minha maior vitória. Mas o que mais me marcou foi ter representado a selecção nacional. Sem duvida que foi o marco mais importante da minha carreira, e abriu-me alguns horizontes em termos de futuro. Infelizmente não se concretizaram ao mais alto nível, mas é aquilo que costumo dizer: não tenho que me arrepender daquilo que fiz, só tenho que me orgulhar daquilo que fiz.

Talvez também a subida de divisão na Académica, porque se me perguntarem de que clube és digo que gosto do Benfica, mas a Académica é a Académica, Coimbra é Coimbra, eu não dava valor aqueles fados de Coimbra que punham antes dos jogos, mas depois acabei por gostar. Foi qualquer coisa que ficou.

Estes foram os três momentos mais importantes. Sendo que o mais

importante foi ter sido profissional de futebol. Uma coisa que foi tão rápida e inesperada. Até sentia uma necessidade em mim próprio de provar as pessoas o porquê de estar ali. Enquanto se eu tivesse alguém por detrás de mim a dizer “tu estás aqui porque tens mérito próprio”, um empresário, um amigo, alguém me aconselhasse. Penso que isto é o mais importante, não ter que ir com aquela pressão de te mostrar. Quando pensas que tens que mostrar o valor estragas tudo, vais com aquela ansiedade, com aquele stress. Ou és mesmo bom e consegues superar isso ou então é muito complicado.

Ter sido internacional foi fenomenal, da primeira a última internacionalização. Hoje em dia cada vez que ouço o hino é qualquer coisa de emocionante. Eu tenho amigos meus que dizem que não ligam nada a selecção, isso mexe comigo, principalmente nestes últimos anos, porque foram quase todos colegas que jogaram comigo na formação. Eu não estava lá, mas sentia que havia ali qualquer coisa. Um bocado de frustração, mas ao mesmo tempo alegria por vê-los a fazer aquilo que eu sabia que eles eram capazes de fazer. Sinto que aquilo que eles conseguiram teve a minha ajuda pessoal. Eles conseguiram determinados títulos, determinado estatuto também um bocado a custa do conjunto. O futebol é o colectivo, porque eles não jogam sozinhos e nem conseguiam atingir os objectivos. Se eles nascessem num país qualquer onde não soubessem dar um chute numa bola sozinhos não se conseguiam destacar como felizmente se destacaram. E eu fico muito feliz por eles, sem dúvida.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E7): Mesmo na nossa vida pessoal há tanta coisa que nos faz ter ou não sucesso, andar felizes ou andar tristes. Há tanta coisa, que dizer que foi por causa disto é difícil. Mas como vais fazer perguntas a vários atletas vais conseguir chegar a uma conclusão.

Anexo 10: Entrevista 8

Espinho, 01 de Abril de 2009 – 15h.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 8 (E8): Desde pequenino que gostei de futebol e os meus pais incentivaram-me a ir treinar. Na altura treinava no Sporting de Espinho, era o clube mais perto de onde eu sou. Fui treinar, as pessoas gostaram de mim e a partir daí continuei sempre até ao dia de hoje.

O factor essencial foi eu ter gostado de futebol desde pequenino.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E8): Na altura até fiquei um bocado surpreendido, porque não estava a contar. Na altura o Espinho nem jogava nos nacionais, ainda era nos distritais. Recebi com alguma surpresa essa noticia e foi com muito orgulho. Qualquer miúdo com 15, 16, 17 anos tinha o sonho de representar a selecção nacional. Eu achava que era quase impossível lá chegar, porque o Espinho estava numa divisão distrital em relação aos outros. Nunca tinha isso na mente, mas depois quando surgiu a convocatória fiquei muito surpreendido e muito orgulhoso. Tanto para mim como para a minha família foi um momento espectacular.

Foi com muito orgulho que representei a selecção. No início sentia uma emoção muito forte, principalmente quando se canta o hino, até arrepiava. É uma sensação extraordinária que muitos jogadores gostariam de sentir e eu tive o privilégio de a sentir. É muito bom representar a nossa selecção e o nosso país.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E8): Penso que foi o meu valor, aquilo que eu jogava na altura. Era um jogador que me destacava dos meus colegas. Depois de me terem visto varias vezes a jogar gostaram de mim e acharam que eu tinha valor para representar a selecção.

Acho que foi mais pelo meu valor individual.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E8): Claro. Cada um teve a sua importância na minha formação como futebolista. Do primeiro das escolinhas até ao último nos juniores todos influenciaram. Na altura procurei tirar ensinamentos de cada um. Em cada etapa vamos aprendendo cada vez mais, a ser melhor jogador, a ser melhor homem. Penso que todos tiveram uma quota-parte nessa minha formação. Todos têm uma importância vital na formação de um jogador, principalmente nas camadas jovens. Não vou destacar este ou aquele, porque cada um teve a sua importância. Nas escolinhas aprende-se a passar a bola, mais tarde nos iniciados e nos juvenis já se aprende mais tática, nos juniores já há um nível mais parecido aos seniores, quase profissional, é o último passo de preparação para ser profissional.

Não tive um treinador que me influenciasse muito no meu percurso. Nenhum deles me disse é melhor ir para ali, ou daqui ir para outro clube, simplesmente se limitaram a formar-me como jogador. Depois chegou aquela etapa e acabou, passei a sénior onde já competia a outros treinadores profissionais decidir e eu próprio a partir dos 18 anos já estava maduro e já sabia o que era melhor para mim. Por isto, eles não tiveram grande influência na minha decisão enquanto profissional. Não tiveram grande influência na minha vida profissional.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E8): Sim. Houve uma altura em que os dirigentes influenciaram um bocado a minha carreira. Porque, quando aparece uma proposta e estamos ligados a um clube, os dirigentes sabem dessa proposta e depois não deixam o jogador sair, costuma-se dizer que quando não se deixa sair um miúdo estão a cortar as pernas ao jogador, por acaso para mim era uma coisa muito melhor, na altura ia para um clube muito melhor, mas só que estava contratualmente ligado a esse clube e os dirigentes tudo fizeram para que eu continuasse. Estava em final de contrato e também estava inclinado a mudar de ares, mas

depois de várias conversas, várias reuniões convenceram-me a ficar. Por isso, tiveram influência na minha decisão de ficar. Se calhar, se tivesse saído a minha carreira profissional fosse outra. Também podia ter sido o oposto, não sei.

Em relação a esta questão, acho que influenciaram nesse sentido, porque podia ter saído para outro clube e não fui. Quer dizer, não foi não me terem deixado, influenciaram-me a ficar, porque segundo eles seria melhor para mim. Na altura também era novo e acreditei que seria o melhor para mim. Depois de varias conversas influenciaram-me a ficar e eu aceitei ficar, mas se calhar podia ter saído, podia ter outra carreira profissional.

Praticamente, esta foi a única vez que fui influenciado pelos dirigentes. Mas a decisão foi minha, não foram eles que me exigiram. Apesar de me convencerem eu sempre pensei que o melhor para mim era mudar de ares. Mas depois chegou uma altura, depois de varias reuniões, que eu decidi ficar.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E8): Se calhar o principal factor foi a sorte. Fazendo uma retrospectiva da minha carreira não consigo encontrar um factor que fosse decisivo no percurso que tive. Pronto, se calhar não tive valor para atingir esse patamar ou se calhar não tive a tal sorte que alguns têm. Porque eu trabalhar trabalhei sempre da mesma forma, da mesma maneira, sempre fui correcto, sempre fui disciplinado, sempre me entreguei ao trabalho de corpo e alma, sempre fui um profissional digno e sério. Agora as coisas acontecem porque têm que acontecer, se calhar a carreira que eu tive foi a que tinha que ter, não consigo encontrar um factor que influenciasse a minha carreira de profissional. Penso que faltou um bocado mais de sorte, como alguns têm e outros não têm, os que não têm vão ficando pelo caminho, e os que têm fazem uma carreira melhor. Talvez o meu valor não me permitiu ir mais além.

Quando falo em sorte refiro-me ao facto de num jogo qualquer estar na hora certa, na altura certa alguém que estivesse a ver o jogo e que gostasse, que apostasse. Ter alguém por trás que trabalhasse connosco e que nos

fizesse aparecer mais, penso que o trabalho dos empresários também é muito importante, e eu como nunca tive nenhum empresário, o que não quer dizer que isso fosse um factor essencial e fulcral, não é o empresário que vai jogar ao domingo, o jogador é que tem de jogar ao domingo. Mas acho que é mais a sorte, como em tudo na vida é preciso ter sorte, não é só no futebol. E pronto, acho que me faltou um bocado de sorte para ir mais além.

Depois também tive uma ou duas oportunidades para ir para um clube melhor, mas acabaram por não suceder, por uma razão ou outra. Talvez foi nessa decisão que faltou a sorte, se tivesse ido já tinha sorte, como não fui não tive sorte.

Não vou atribuir 100% de responsabilidade a sorte, porque o jogador tem que ter o mínimo valor também. Mas, modéstia a parte, acho que tinha esse mínimo de valor para ir mais além. Ate porque as vezes vê-se jogadores que estão lá em cima que a gente olha para eles e pensa que, pelo menos, joga tanto como eles, só que não tive a sorte de estar no momento certo, na altura certa para dar o salto. Alguém que estivesse a ver, um dirigente de um clube ou até mesmo contra esse mesmo clube. Por exemplo, ir jogar ao estádio da Luz ou ir jogar ao estádio do Dragão e fazer uma boa exibição e dar o salto a partir daí. Eu não tive muitas oportunidades para jogar contra esses grandes clubes, só estive dois anos na primeira divisão, joguei pouco, também era novo na altura e faltou um bocado mais de aposta em mim para eu tentar ter uma carreira diferente. Também é preciso ter um treinador que aposte em nós. Penso que depende de vários factores.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E8): Penso que si. O que dizem é que o futebol é uma grande escola para formar homens.

Influenciou, porque desde pequenino que só queria jogar futebol. Não conheço a “vida lá fora”, não sei o que é ter um emprego, praticamente as pessoas que conheço estão ligadas ao futebol. Acho que o futebol foi uma boa escola para mim, aprendi muitas coisas. No futebol tem-se a vivencia de muitas

coisas, ganha-se experiência de vida com as várias situações que nos aparecem, com o facto de termos que ultrapassar várias situações. Não é preciso andar noutra educação para se saber lidar com essas situações, o futebol também nos dá essa aprendizagem, essa experiência para tentarmos resolver esses problemas. A vida no futebol também é uma boa escola para nós.

Sempre fui jogador de futebol, nunca tive outro emprego. Tenho estado ligado ao futebol desde os seis anos até agora, tudo o que conheço foi o futebol que me deu. A minha vida foi sempre futebol, não conheço como é a “vida lá fora”, empregos e esse tipo de coisas. Agora tenho-me preparado para essa mudança que é chegar ao final de carreira e tentar fazer qualquer coisa. Como toda os jogadores de futebol gostava de acabar a carreira e ficar ligado ao futebol, de uma maneira ou de outra, como treinador, como dirigente já não digo tanto, porque gostava mais de estar no campo. Gostaria de tentar a minha sorte como treinador profissional, mas sei que está difícil, porque agora há muitos treinadores no desemprego e é muito difícil entrar nesse mercado.

Agora até me tenho preocupado com a minha situação depois do futebol, tenho feito uns currículos, preenchi umas fichas de emprego, para ver se consigo alguma coisa, porque sei que com 35 anos mais cedo ou mais tarde acabo a minha carreira como profissional de futebol e tenho que estar preparado para enfrentar a “vida lá fora”, tenho que tentar arranjar um emprego. Já estou a preparar o caminho para fazer essa transição de jogador de futebol para outra pessoa que eu serei na altura, ou não, porque até posso conseguir ficar ligado ao futebol. Prefiro ficar ligado ao futebol do que fazer outra coisa qualquer que não sei ou não conheço, porque sempre estive ligado ao futebol. Não teria aquele prazer, aquela vontade de fazer uma coisa que gosto. Posso ter a sorte de encontrar uma coisa que até goste de fazer, mas o que eu gosto mesmo é futebol.

No que toca a minha ligação entre a vida pessoal e a vida de jogador posso dizer que na altura em que ia a selecção estava mais privado de fazer algumas coisas, porque tinha mais estágios e era numa altura em que éramos muito novos, gostávamos de sair, de ter as nossas namoradas. Nessa altura,

praticamente, de mês a mês tínhamos estágios de uma semana, de quinze dias e ficávamos presos nos estágios. Mas depois na fase de profissional como não tive uma carreira ligada a um grande clube (normalmente esses clubes é que têm mais tempo de estágios, mais tempo de preparação de jogos) não tinha essa prisão de estágios, de estar muitas vezes no clube sem ir a casa. Por isso tive uma vida normal, sempre consegui conciliar, numa folga ou outra aproveitava para sair. Penso que isso é mais aplicável aqueles jogadores que têm competições europeias e que têm as selecções. Esses sim têm menos tempo para as tais saídas e o convívio com os amigos. Como eu só treinava de manhã ou de tarde aproveitava as horas de folga para estar com os amigos. Claro que quando havia campeonato a partir de quinta-feira já não saia, isso era impensável. Mas também não era muito de andar em discotecas. Saia com os amigos para beber um copo aqui, acolá.

Consegui conciliar bem esse aspecto, não foi uma grande preocupação. Em toda a minha carreira nunca tive processos disciplinares por causa de sair a noite, nunca tive nada disso.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E8): O que os treinadores nos transmitem é que um jogador não se faz sozinho, tem que ter o apoio dos colegas. Esta é uma das aprendizagem que se aprende logo desde pequenino, em que sozinhos não conseguimos fazer nada, tem que ser com a ajuda dos colegas, em grupo é mais fácil chegar aos objectivos.

Ser solidário com os colegas. É importante ajudar quem está em dificuldade, mesmo até fora do futebol. Passei por coisas complicadas no futebol em termos de não pagamento de ordenados e as pessoas sempre me diziam “quem poder que ajude aquele colega que está em dificuldades porque não tem para pagar a renda nem para dar uma vida com estabilidade aos seus familiares”.

No futebol aprendemos varias coisas, como a viver em grupo, a estarmos todos juntos a lutar por objectivos em comum.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E8): Não. Acompanharam-me sempre. Desde as escolinhas me acompanharam na minha carreira como futebolista, ainda agora me acompanham, principalmente o meu pai. Nunca me disseram, tens que ganhar, tens que chegar lá cima, tens que trabalhar muito. Diziam as coisas naturais que têm que dizer, que para ser jogador profissional de futebol tem que se abdicar de muitas coisas, tens que trabalhar todos os dias, tens que trabalhar forte, tens que estar sempre atento, sempre concentrado nas coisas que fazes. Mas nunca me pressionaram para pegar na bola fintar toda a gente e marcar golos. Nunca me disseram que neste ano tens que marcar 15 golos, tens que ira para um clube melhor. Só gostavam que eu fosse treinar, que não faltasse aos treinos, mas isso eu já fazia naturalmente porque gostava muito de futebol, para mim os treinos eram uma alegria. Nunca me pressionaram, sempre me deixaram andar a vontade.

O meu pai acompanhava-me muito, até porque quando fiz a minha formação nas camadas jovens do Espinho o estádio era relativamente perto da nossa casa. Por isso quando ia treinar ou jogar meu pai ia sempre ver, sempre que podia estava presente a ver os treinos e os jogos aos domingos. A minha mãe de vez em quando também ia, o meu irmão também ia de vez em quando. Mais o meu pai, foi ele que me acompanhou mais.

Nos momentos menos bons sentia um grande apoio por parte dos meus pais.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E8): Não mudaria nada. Porque tive a formação que tive, podia ser melhor, podia ser pior, depende dos treinadores que apanhamos durante o nosso percurso. Sou o jogador que sou devido a formação que tive e penso que foi uma formação, mediante aquilo que pretendia, adequada aquilo que eu era como jogador.

Talvez se pudesse ter ido para um clube melhor, de outra dimensão,

podia ter tido outra formação, não digo que seria melhor ou pior, iria ser de outra maneira, iria ser um jogador diferente, com outros métodos, outras responsabilidades.

Penso que a formação que tive no Espinho foi a ideal, por isso não mudaria nada.

Mas a nível profissional tinha mudado. Algumas decisões que tomei e agora pensando melhor tinha alterado uma ou duas coisas. Por exemplo, na altura em que tive o convite de outro clube melhor, de outra dimensão, se fosse agora já nem olhava para trás, mudava mesmo. Na altura fiquei por amor ao clube, as pessoas me conheciam, era querido nesse clube e preferi ficar onde me sentia bem do que tentar mudar e ir para um sitio desconhecido, onde não conhecia ninguém, não conhecia dirigentes, não conhecia os jogadores, apesar de ouvir falar deles na televisão. Se calhar também um bocado de receio da minha parte de ir para esse clube e deixar de jogar com regularidade, por isso preferi dar continuidade em termos de jogar futebol, jogar de domingo a domingo em vez de ir para um sitio onde tivesse que conquistar o meu lugar, onde tivesse que conquistar coisas novas, enquanto que no Espinho já tinha praticamente tudo conquistado. Mas se fosse agora tinha arriscado e tinha mudado certamente de clube. Este era um dos aspectos que mudava na minha carreira profissional.

A partir dai penso que de todas as decisões que tomei 99% me deram razão, e acho que fiz bem em ter feito aquilo que fiz. A minha carreira seguiu um percurso normal e eu deixei as coisas acontecerem de uma forma natural. A partir dai não tenho um momento onde possa dizer que me arrependo de ter ido para ali ou para acolá. Gostei de estar nos clubes onde passei, as pessoas gostaram do meu trabalho

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E8): Antigamente era mais difícil chegar a um grande. Porque não havia tanto mediatismo, tantos jornais, tanta televisão, e a ideia que tenho é essa. Antigamente para se chegar a um clube grande tinha que se fazer um ano

muito regular, mas um regular por cima, não era um regular normal. Tinha que ser um regular que apresenta-se boas prestações ao domingo, depois uma entrevista aqui, uma entrevista acolá, ter alguém que tratasse das situações extra-campo, esse alguém era o empresário, e eu como nunca estive ligado a nenhum empresário não tive ninguém que me ajudasse nesse aspecto, sempre fiz a minha carreira sozinho.

Em relação aos momentos actuais acho que é mais fácil chegar a um grande. As vezes, vê-se jogadores nos grandes que antigamente era impensável estarem nos grandes. Antigamente um jogador para ir para o Porto, Benfica ou Sporting tinha que fazer um ano mesmo extraordinário, tinha que aparecer muitas vezes. Agora já não, basta fazer uma grande exibição num jogo que dê na televisão para aparecerem logo clubes interessados, e os empresários logo a trabalhar aqui, ali, acolá. Cada vez há mais empresários, e na minha altura eram poucos aqueles que eram bons empresários. É por isso que eu digo aos mais novos que se poderem que estejam ligados a uma pessoa séria, a um empresário sério, que os trate bem, que trate bem das vidas deles, porque agora é mais fácil chegar a um grande. Também não é toda a gente que chega lá, mas é muito mais fácil, porque todos os dias há jornais, todos os dias há jogos na televisão, e as pessoas estão atentas a televisão, quem está ligado ao futebol vê jogos, vê jornais. Na minha altura não, havia poucos jornais, os jogos na televisão só davam uma vez ou outra, era bastante difícil conseguir chegar a um grande.

Também penso que a aposta que hoje em dia se faz no jogador estrangeiro esta mal. Acho que se deveria dar mais oportunidades ao jogador português. Há demasiados jogadores estrangeiros em Portugal. Se fossem jogadores com qualidade tudo bem, mas comparando o jogador estrangeiro com o jogador português chegamos a conclusão de que são iguais. E se calhar até sai mais barato apostar num jogador português, porque este sabe como está o futebol em Portugal, sabe que há dificuldades. Deveria ser dada a oportunidade a esse jogador para tentar singrar no futebol, para ir mais longe. Penso que devia haver uma lei qualquer que impedisse de vir tantos estrangeiros para jogar nas equipas portuguesas. Há muitos estrangeiros a

jogar em Portugal e de qualidade duvidosa. Hoje em dia já se vê o jogador português (aqueles que vão mais as selecções, que até têm um certo futuro) a apostar numa carreira no estrangeiro antes de o fazer em Portugal, estão a ir muito cedo para lá fora, porquê? Porque as portas aqui estão fechadas. Penso que isto tem sido a grande brecha do futebol português. Deveria haver uma lei que obrigasse os clubes a ter na equipa principal uma maioria de jogadores portugueses. Os próprios clubes grandes dão um mau exemplo, sendo que o Sporting é dos que tem menos estrangeiros a jogar. Mas em relação ao Porto e ao Benfica têm muitos estrangeiros a jogar, e vê-se agora nas contratações que só vão buscar jogadores estrangeiros. Penso que como há vários jogadores portugueses com valor se deveria apostar mais neles.

Penso que a aposta em jogadores da formação é o caminho certo, porque são jogadores que estão formados nos seus clubes. Porque se num dia mais tarde conseguirem singrar e se conseguirem fazer uma boa época podem ser vendidos a outros clubes, e assim ganhar dinheiro com essa transferência. Esse deveria ser o caminho a ser seguido pelos clubes.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E8): Por acaso não, nunca tive lesões graves. Tive uma só, a mais grave por assim dizer, foi no menisco na altura em que estava no União da Madeira. Fui operado ao menisco, mas depois passado um mês já estava de volta competição. Essa foi a minha lesão mais grave, de resto foram aquelas lesões normais, como as roturas que se vão tendo durante a carreira de profissional. Mas nenhuma lesão me afectou no meu percurso profissional.

Essa lesão no menisco não teve qualquer influência. Na altura tive uma recuperação rápida. Fui bafejado pela sorte, nunca tive lesões graves. Isso é muito importante num jogador de futebol.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E8): Penso que sim. Até porque sou um atleta que normalmente gosto muito de rir e de estar alegre nos treinos, claro que há momentos para tudo. Os

treinadores quando estão a dar as palestras dizem que há momentos para tudo, há momentos para trabalhar, há momentos para brincar, e nos vamos ter esses momentos. E eu acho que sim, levando o caminho com alegria as coisas acontecem com maior facilidade. Não quer dizer que se vá para o treino sempre a rir e a brincar, não, quando é para trabalhar é para trabalhar, há momentos durante um treino ou durante um jogo em que temos que estar mais concentrados, mais atentos, a responsabilidade é outra. Durante os treinos há momentos para tudo, para trabalhar e para brincar. O divertimento é importante, para não chegarmos ao ponto de ir para o treino quase obrigados. Houve momentos em que já pensei dessa maneira, com alguns treinadores que tive, não foram muitos, mas foram alguns, em que ia para o treino, mas não ia com aquela motivação de treinar, talvez pelo treinador ser tão rígido, chegando mesmo a pressionar os jogadores. Penso que não se deve ir assim para os treinos, devemos ir para os treinos com alegria, com vontade de trabalhar, porque levando as coisas com vontade e alegria as coisas acontecem normalmente, com mais facilidade.

É importante haver alegria e divertimento nos treinos.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E8): Penso que a intensidade deve estar sempre presente nos treinos, seja a nível profissional ou a nível amador. Porque nos está a preparar para aquilo que vai ser o jogo, e o jogo tem uma intensidade forte, pelo que devemos estar preparados para isso. O treino tem que ser o mais próximo daquilo que é o jogo, já que é o momento chave para preparar a equipa para o jogo.

É claro que a intensidade nos jogos é máxima, tem que ser nos limites, para mim sempre foi assim e sempre será enquanto jogar futebol. A intensidade tem que ser sempre no limite, estar atento, estar bem preparado fisicamente para encarar as situações que aparecem, e se não estivermos bem preparados chegamos aos jogos e sentimos que não conseguimos acompanhar o ritmo de jogo.

Claro que cada treinador tem o seu método, há uns que trabalham mais, há outros que trabalham menos. A minha opinião é que em alguns casos a intensidade era de mais, noutros casos a intensidade era de menos, noutros casos era adequada, penso que depende muito do treinador que apanhamos. As vezes a intensidade de trabalho não era muito forte, mas o volume de trabalho era grande, o que prejudicava muita gente, porque se sentiam mais cansados com o volume do que com a intensidade. Depois tinha outros que davam menos volume e a intensidade já era boa. Portanto, é um bocado relativo, tínhamos que estar a falar de treinador a treinador. Mas penso que na maioria dos casos a intensidade era a mais adequada para encarar os jogos ao domingo.

A intensidade também depende do grau de exigência da equipa em que te encontras. Penso também que hoje em dia os treinadores são diferentes, têm outro tipo de escola, não é como antigamente que havia pouca coisa para os treinadores pesquisarem e se actualizarem com os métodos de treino. Dantes o treinador de futebol tinha sido um antigo jogador, agora não, já aparecem vários treinadores de futebol que não tiveram uma carreira de futebolista, passaram mais pelos estudos, e estão mais preparados a nível de estudo, de métodos de treino, do que alguns treinadores de antigamente.

A intensidade depende de cada treinador e do nível de exigência a que a equipa está sujeita. Por exemplo, eu agora estou na 3^o divisão e sinto que o nível de exigência é sempre o máximo, mas o nível de intensidade é menor, porque há equipas que são mais fracas, enquanto que numa 2^o liga ou mesmo numa 2^o B já há mais equilíbrio entre as equipas, mas a nível da 3^o divisão há 5, 6, 7 equipas boas, depois as outras são menos boas, por assim dizer, e não é exigido uma intensidade muito forte (há jogos onde não é preciso aplicar a intensidade máxima).

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E8): Não me senti incapaz. Se calhar neste momento como as nossas capacidades físicas já não são aquelas como as de um jogador jovem, como é

normal, sinto um bocado de inferioridade em relação aos outros. Em termos de resistência de jogo ainda conseguimos aguentar, mas em termos de velocidade já não conseguimos acompanhar um jogador mais novo do que nós. Mas isso é natural, temos que pensar na idade que temos e saber onde nos encontramos em termos de idade.

Mas em relação a melhorar a performance nunca me senti incapaz. Sempre trabalhei para dar o máximo, nunca tive problemas que me incapacitassem de dar o meu melhor. Portanto, nunca tive essa incapacidade para melhorar.

Em termos de projecção na carreira houve uma altura em que pensei, naturalmente, em me limitar a fazer o meu trabalho, porque a partir daqui já não consigo dar o salto. Pronto, chega a uma idade em que temos essa consciência, qualquer jogador sabe que chegando aos 27, 28 anos, mais ou menos, se não conseguiu dar o salto até aí muito dificilmente o conseguirá. E eu praticamente tinha feito uma carreira na segunda liga, se não consegui chegar a primeira, ou ia com um clube que subisse de divisão e chegava a primeira a partir de esse momento ou então ia ser difícil a partir dos 27/28 anos melhorar a minha carreira em termos de projecção para outro clube melhor. Mas nunca desisti, sempre temos aquela pequena esperança que um dia alguém esteja a olhar para nós. Tinha anos em que pensava que como tinha feito uma boa época, tinha marcado uns golos a mais, podia ser que alguém estivesse de olho em mim e que conseguisse dar o salto. Temos sempre aquela esperança e vamos trabalhando sempre com esse intuito, mas a partir desse momento temos a consciência que é difícil chegar lá cima.

Quando realmente me apercebi que dificilmente chegaria onde queria sentia alguma frustração, porque tinha a ambição de chegar longe, como todo jogador jovem queria chegar aos clubes grandes. O facto de representar inúmeras vezes a selecção nacional aumenta as nossas expectativas, e pensamos que a partir daí as coisas ainda vão melhorar mais, porque é natural que quando jogamos numa selecção a visibilidade seja outra, há muita gente a ver os jogos da selecção, e eu pensei que estava encaminhado para fazer uma boa carreira, mas as coisas não aconteceram. Não foi um momento específico,

com o passar dos anos fui tendo vários momentos onde me sentia triste.

Mediante o caminho que tinha feito criei muitas expectativas em relação ao meu futuro. A chamada a selecção para mim teve um valor muito grande, porque na selecção só estavam jogadores do Porto, Benfica, Sporting, Boavista, todos a jogar nos campeonatos nacionais e eu era o único que jogava no campeonato distrital. Pensei que se era chamado a selecção estando a jogar no distrital é porque tinha algum valor, vamos acreditando nas nossas capacidades, vamos pensando que até vamos fazer uma boa carreira, que vamos chegar a um clube grande, mas a partir do momento em que as coisas não acontecem e chegamos a essa certa idade (27/28) pensamos pronto já não vai dar, agora é deixar rolar, se não conseguimos até aqui já não conseguimos mais.

Neste momento posso afirmar que nunca me senti saturado de jogar futebol, porque não estive em grandes clubes que me roubassem o tempo para estar com a família. Tive uma carreira normal em que ia treinar, vinha para casa, estava com a família, uma vez ou outra tinha estágio (na altura dos jogos decisivos), mas isso era pontualmente, não era assiduamente. Nunca me senti saturado de jogar, porque sempre tive uma paixão muito grande pelo futebol, se pudesse jogava até aos 40 ou 50 anos, estou a tentar retardar ao máximo o meu final de carreira. O que eu quero é jogar sempre, e ainda me sinto com capacidades físicas e técnicas, em termos de mentalidade também. Ainda não cheguei ao ponto de saturação, e o dia em que chegar aí digo que não quero mais, vou-me embora, vou tentar fazer outra coisa. Mesmo durante a minha carreira nunca tive um momento em que tenha dito que estava farto disto, quero-me ir embora. As vezes ouço alguns colegas meus a falar sobre isso, que quando chegam mais ou menos a minha idade já estão fartos disto, que já não conseguem aguentar os treinadores. Eu não, eu lido bem com isso, como gosto muito de futebol o que quero é jogar. Mas isto também depende da mentalidade dos dirigentes, de olharem para nós e acharem que estamos velhos, que já não temos capacidades. Mas eu tenho tido a sorte de pelos clubes onde passo são mais as vezes que jogo do que aquelas que fico sem jogar. Por isso é que digo que ainda me sinto com capacidades de dar mais

alguma coisa ao futebol, não que vá acrescentar muita coisa, mas com a minha experiência tento ajudar os meus colegas e tento ajudar o clube onde estou inserido para tentar chegar aos objectivos deles.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E8): A primeira foi ter chegado a selecção. Na altura foi um sonho, um ponto marcante na minha carreira e orgulho-me muito de ter chegado, mais por ser um jogador de uma divisão inferior. Para mim foi muito importante e muito valioso ter chegado a selecção nessas condições, foi uma grande vitória para mim ter estado lá, ter feito todo o percurso até as esperanças.

Depois outra vitória foi ter conseguido aguentar todos estes anos sozinho, com o meu trabalho, com a minha dedicação, nunca tive alguém que me ajudasse, as vezes falamos com um amigo ou outro e perguntamos como é? Mas penso que ter conseguido aguentar todos estes anos como profissional deu-se mais pelo meu valor, porque há jogadores que até começam bem, mas depois acabam por cair, e até desistem do futebol. Penso que é uma vitória mediante os tempos de agora, como está o futebol, há muitos jogadores no desemprego, e eu consegui todo os anos estar empregado no futebol. Depois aquelas conquistas, as subidas de divisão que tivemos, subi duas vezes a primeira divisão quando estava no Espinho.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E8): Um jogador para dar continuidade as chamadas a selecção tem que estar integrado num grande grupo de trabalho, num grande clube mesmo. Porque é difícil um jogador de um clube pequeno chegar lá. Na altura estava na segunda divisão e vi o difícil que era. Ou se está num grande clube com outras ambições e se joga regularmente ou então é muito difícil ser chamado a selecção A. Como estava num clube de dimensão inferior sabia que era muito difícil chegar a uma selecção A. Mas ainda tinha aquela esperança de mais tarde tentar subir na carreira, ir para outro clube com outras ambições, e tentar

chegar a selecção, mas as coisas não surgiram, e acabasse por perder ai esse objectivo, esse sonho. Depende mais desses jogadores que estão nesses grandes clubes, onde naturalmente é mais fácil chegar as selecções. Isto é um facto incontestável.

Anexo 11: Entrevista 9

Matosinhos, 03 de Abril de 2009 – 15h.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 9 (E9): O gosto pelo futebol e essencialmente por morar perto, a sensivelmente 50 metros, do estádio do Mar. Estava lá constantemente a jogar a bola com os meus colegas de infância. Portanto, o gosto pelo futebol partiu daí. A entrada no Leixões foi só um pequeno passo, porque já lá andava, e depois foi aquele pequeno passo de pedir para ver se podia treinar, e a partir daí nunca mais de lá sai.

Essencialmente foi jogar constantemente ou diariamente com os amigos de infância e gostar imenso daquilo que fazia, de jogar a bola.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E9): Um sonho. Acima de tudo nunca acreditei que isso fosse possível. Primeiro porque jogava no Leixões, e jogando numa equipa de menor dimensão sabia que a partida ia ser bastante difícil. Porque normalmente são chamados os melhores das melhores equipas, ou seja, do Benfica, Porto e Sporting. Tive uma oportunidade nessa altura de fazer uma excelente época, de ser mencionado, por cada clube há uma abordagem da selecção do norte para solicitar 3/4 jogadores com melhor qualidade dentro da equipa, e o meu treinador na altura escolheu-me a mim e a mais dois jogadores para representar a selecção do Porto. Fomos fazer treinos de captação, fomos convocados para fazer o torneio inter-associações a Lisboa, e a partir daí houve um interesse do FC Porto em me contratar, mas que depois acabei por não aceitar, e daí foi um pequeno passo para entrar na selecção, ou seja, já entro na selecção como jogador do FC Porto, apesar de ainda não ter efectuado qualquer tipo de jogo. Entretanto pensei que eventualmente tendo regressado ao Leixões nunca mais iria ter essa oportunidade, mas o facto é que isso aconteceu. Foi um sonho que se tornou realidade.

Depois penso que foi conseguido também por mérito próprio, pela minha

maneira de ser, pela seriedade que colocava sempre no trabalho que desempenhava, e pronto fui caindo em graça, digamos assim, do treinador, e fiquei até ao currículo que tive.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E9): Acima de tudo a seriedade que colocava nas coisas. Fui sempre uma pessoa muito dedicada e muito apaixonada pelo futebol. Penso que pela humildade que punha no trabalho, pela seriedade, pela vontade, pela determinação que eu tinha, com a ajuda de uma nova mentalidade que encontrei com o professor Carlos Queiroz. Foi o conjunto de estes vários factores que entendo fundamentais para chegar aquilo que consegui atingir.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E9): Sem duvida. O professor Carlos Queiroz foi a pessoa que eu encontrei com uma mentalidade forte, ainda hoje representa a Federação Portuguesa de Futebol. Nós na altura tínhamos uma grande dificuldade a nível europeu, o futebol português era visto como um parente pobre, digamos assim, em termos de resultados. O professor Carlos Queiroz com a mentalidade, com a forma de trabalhar, com os métodos que conseguiu propor e impor na federação conseguiu com que nós víssemos o futebol de uma forma diferente, um futebol organizado, um futebol estruturado, um futebol pensado, um futebol de qualidade, onde jogávamos sempre para ganhar, independentemente de jogarmos na Alemanha, na França, com os nosso adversários mais fortes. Portanto, vejo-me e revivo-me durante muitos anos da minha carreira, e ainda hoje vejo-me 70/80% naquele trabalho que foi desempenhado pelo professor Carlos Queiroz. Obviamente que o professor Carlos Queiroz não foi um profissional de futebol e houve necessidade da minha bagagem, digamos assim, ser completada com gente que tivesse vivido do futebol, que tivesse feito a sua carreira no campo, e a minha bagagem foi-se completando com este tipo de treinadores. Com o Eurico Gomes, com o António Morais, com o João Alves. Portanto, foi um conjunto de pessoas que com a experiência que tiveram

como jogadores me ensinaram a acrescentar a parte que me faltava, ou seja, tinha a organização, a estrutura, o pensar, e faltava-me aquela parte de jogo, digamos assim. No entanto, sinto-me feliz por ter encontrado essa gente, por ter a oportunidade de assimilar as duas partes, e acredito que hoje tenho um conhecimento bastante bom sobre o futebol.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E9): Não, de modo algum. Os dirigentes que encontrei em determinados clubes estavam mesmo para dirigir. Só uma pessoa que foi dirigente, que esteve ligada ao futebol, e poderia obviamente ensinar ou acrescentar qualquer coisa numa outra perspectiva, mas de uma forma geral não tive ninguém nesse aspecto que me pudesse influenciar na minha carreira.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E9): Falta de oportunidade, de aposta em mim. Quando fomos campeões do mundo apanhamos uma fase muito difícil, tínhamos que provar não só com uma época, não só com um jogo. Naquela altura para realmente as pessoas perceberem que nós tínhamos valor tínhamos que trabalhar imenso, tínhamos que mostrar durante muitos domingos consecutivos, tínhamos que estar sempre no máximo, o que era e é bastante difícil. Nessa altura os dirigentes tinham uma perspectiva de formação de plantéis que agora não existe, ou seja, apostavam nitidamente em jogadores a partir dos 25 anos, jogadores com alguma experiência, jogadores com muitos anos de experiência e o jogador jovem era como se não existisse. Eram muito, muito poucos aqueles que tinham oportunidades aos 18 anos. Nós tivemos que ser avaliados, tivemos que ser postos a prova a cada domingo, uns tiveram sorte, outros não tiveram. E eu nunca consegui essa aposta de alguém que pudesse dizer vamos pegar, não só naquele jogador como mais dois ou três daquela selecção, porque no fundo foram campeões do Mundo, porque no fundo continuaram a jogar na selecção sub-21, apesar de já não terem uma presença tão massiva

como nos escalões mais jovens, mas mesmo assim continuamos a representar Portugal na selecção de sub-21.

Portanto, diria que um bocadinho de falta de aposta de quem dirigia o futebol nessa altura, nitidamente não tive oportunidade, porque acredito que se tivesse oportunidade teria conseguido me impor, por aquilo que me conheço, por aquilo que era, sinceramente, penso que me conseguiria impor. Porque não é a mesma coisa estarmos a jogar num Tirsense que é uma equipa de qualidade media baixa no futebol, na altura estava na primeira liga, jogar perante 800/1000 pessoas, com jogadores que vieram da primeira liga do mesmo nível e jogadores da segunda divisão. No Leça, na primeira liga, exactamente a mesma coisa, no Alverca a mesma coisa. É muito mais fácil para um jogador se integrar, se valorizar numa equipa grande como o Porto, Benfica, Sporting (recheadas de jogadores internacionais, de jogadores de top), porque o nível de exigência é outro, a qualidade de jogo é outra, estarmos a jogar perante 800/1000 não é a mesma coisa que estarmos a jogar perante 120.000. Todo este conjunto de factores levou a que alguns colegas meus (com as mesmas qualidades que eu) se pudessem impor pela oportunidade que lhes foi dada. Portanto, faltou-me essa oportunidade que não tive, porque as pessoas não acreditaram perante tudo aquilo que fiz e cheguei a fazer muito, nomeadamente nessa época em que estive ao serviço do Tirsense e que fui pré-seleccionado para a selecção A.

Portanto, não consegui entrar, nunca desejei mal a algum colega para que se lesionasse e assim eu poder ir. Foi um azar que tive, mas a vida é mesmo assim.

Esses jogadores tiveram a oportunidade, mostraram, agarram-na, e eu não tive essa oportunidade, não pude mostrar e a partir dai, obviamente, em regra geral vão os melhores que estão a jogar nos melhores clubes, jogam num nível de exigência muito alto, competições europeias, ligas dos campeões, e mantinham-se sempre a jogar a alto nível, quer ao nível das selecções (que se foram mantendo sempre), quer ao nível dos clubes. Para um jogador que representava uma equipa de nível médio/baixo representar a selecção era muito difícil.

No geral, posso referir a falta de oportunidade. Se calhar, o que eu dei não foi o suficiente para poder ser uma aposta de quem dirigia a equipa nessa altura.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E9): Sem duvida. O futebol é uma escola de vida. Não conheço os outros desportos colectivos, mas o futebol proporcionou-me todas as emoções que são possíveis ao ser humano, os momentos bons, os momentos menos bons, a socialização, a cultura, os sentimentos, as coisas verdadeiras, as coisas falsas, a nossa humildade, o nosso pensamento. Penso que de todos os factores possíveis que a gente tem na nossa curta passagem pela Terra, o futebol foi a melhor escola que pude ter. Cresci muito no futebol, aprendi muita coisa no futebol, e tudo o que hoje sou como pessoa devo ao futebol. Acho que um jogador de futebol que tivesse feito uma carreira de pelo menos 16/17 anos como profissional deveria estar ligado a uma área de formação ao nível de uma escola. O estado devia-se preocupar em ter alguém com essa experiência de vida como jogador de futebol. Na escola temos a parte teórica, a forma como nos temos que comportar perante os alunos, neste caso os jogadores também são alunos, porque estão numa fase de aprendizagem. Temos essa parte, esse conjunto de teoria de como deveremos agir. Outra parte é estarmos no terreno, na parte pratica, porque as vezes encontramos situações bastantes adversas e não sabemos como lidar com elas. É com a experiência, com o tempo que vamos adquirindo esse conhecimento, esse traquejo. Penso que era importante ter alguém numa faculdade, num instituto superior, que pudesse transmitir essa experiência de vida. As dificuldades que o treinador vai encontrar, as dificuldades do campo. No fundo entre aluno e jogador as coisas não andam muito longe. Hoje posso dizer que certamente essa parte era bastante importante, e digamos que o formador, neste caso, vinha cá para fora com uma bagagem totalmente diferente que tem agora, tinha o conhecimento da parte pratica e da teórica, ou seja, através de determinados exemplos, de determinadas experiências de vida de essa própria pessoa, transmitir o que um

professor, por muitos anos que tenha por muita experiência que tenha de leccionar, nunca conseguiria transmitir. Hoje consigo ver que é tão importante termos uma parte prática como termos essa parte teórica. Porque obviamente que recebemos a informação toda e sabemos como deveremos agir, agora estando no terreno temos que saber como lidar com o imprevisto.

Por isso é que eu diria que um jogador de futebol com 16/17 anos de carreira vive emoções que eu aqui não conseguiria dizer ou transmitir na totalidade. Apesar de tudo somos seres humanos, e quando estamos no campo muitas vezes há coisas que nos preocupam na nossa vida pessoal que não conseguimos dissociar, e aquilo está presente. Muitas vezes o treinador não sabe porquê estamos bem ou porquê estamos mal. Conseguimos ali ter um conjunto de emoções, de experiências que um trabalhador comum não conseguiria ter. Todas as emoções que podemos ter na vida estão presentes a toda a hora no futebol. As coisas boas e as coisas más.

Durante a minha formação foi-me impossível praticar outra modalidade, nem na escola consegui ter uma continuidade. Porque os trabalhos das selecções preenchiam muito o nosso tempo. Pelo menos dois dias por semana constantemente estávamos lá, ou seja, a segunda-feira e a terça-feira durante um mês estávamos pelo menos uma semana ou duas, semana sim, semana não, íamos treinar todos juntos. Portanto, aquilo funcionava quase como uma equipa. Depois quando havia estágios para os jogos de apuramento, estávamos no mínimo duas semanas. Por isso era impossível eu ter outro tipo de actividade, já a escola era difícil, quanto mais outra modalidade. E eu falo por mim que aos 17 anos já era profissional, portanto não tive qualquer tipo de oportunidade, nem tinha qualquer tipo de interesse em seguir outra modalidade.

Conciliar a minha vida profissional com a minha vida pessoal foi muito difícil, com muito sacrifício. Perdi muitos anos da minha vida, como qualquer outro colega que estivesse na mesma situação. Foram muitas semanas de estágio, muitas semanas fora, muitos fins-de-semana perdidos, muitas festas, natais, passagens de ano, foram sempre muito difíceis, muito complicados. Mas tudo isto foi ultrapassado com o prazer, com a vontade que tinha de ser jogador de futebol e de jogar futebol. Portanto, essa vontade, essa

determinação, esse querer, superava tudo isso. Obviamente que havia épocas marcantes (natais, passagens de anos) que tínhamos de abdicar, cheguei muitas vezes a ir treinar às 7h. Foram um conjunto de limitações que me retiraram a minha juventude, normalmente um jovem com 16, 17, 18, 19, 20 anos tem um modo de vida de diversão, procuram divertir-se ao máximo, ir para as discotecas, namorar, e o tempo para isso foi limitado, mas tudo ultrapassado. Voltaria atrás e faria exactamente a mesma coisa, pelo prazer, pelo gosto, pela satisfação de ser jogador de futebol e gostar de futebol.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E9): Digamos que a grande aprendizagem que tive foi a socialização com aquilo que tínhamos, com o espírito de grupo, de camaradagem, de ser solidário. Penso que foram estas as principais notas que aprendi com maior ênfase. Porque isso me ajudou a melhorar como pessoa, ajudou-me a perceber e a encarar as coisas de uma forma diferente, que no desporto ou no trabalho em que dependemos só de nós não conseguimos atingir.

Saber estar, saber ocupar o meu lugar, saber o que fazer no momento certo, na hora certa, estas foram as grandes lições que tirei.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E9): Não, nunca fui pressionado pelos meus pais para atingir qualquer objectivo desportivo. As vezes comentavam o facto de eu jogar bem ou jogar mal, mas numa fase muito após o jogo, já numa fase de decompressão da minha parte, mas sempre num tom irónico, de brincadeira. Nunca puseram qualquer tipo de objectivos, nem eu tampouco aceitava esse tipo de situação. Apesar de na minha juventude ter obviamente respeito pelos meus pais, havia uma coisa que eu lhes pedia sempre, que se fossem ver o jogo para nunca me dizerem. Havia colegas meus que se sentiam bem tendo os pais por perto, uma confiança diferente, e eu nunca me sentia bem. No futebol como toda a gente sabe as vezes quando eles estão na bancada e pela emoção do jogo, o querer

que as coisas saiam bem ao filho, têm um desabafo e são mal interpretados por quem está a observar a equipa adversaria e dão-se conflitos. Nunca gostei que eles fossem por esse motivo. Portanto, não me sentia muito bem quando eles estavam lá, por isso pedia que sempre que fossem um jogo meu não me avisassem. Podiam ir ver, mas eu não podia saber.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E9): Posso dizer que há sempre qualquer coisa por fazer, mas acredito que, sinceramente, neste momento a única coisa que mudaria um bocadinho mais era o meu risco, o arriscar mais um bocadinho. Já fui uma pessoa que arrisquei muito, mas ainda arriscaria mais um bocadinho.

Em termos de formação não tenho nada que dizer sobre as aprendizagens que tive. Penso que foi do melhor que tive.

Agora pessoalmente penso que mudaria essa situação, aquele passo que não consegui dar ao ficar como atleta do FC Porto. Hoje dava esse passo, sem qualquer tipo de receio, sem qualquer tipo de ressentimento. Penso que foi o grande erro que cometi na minha carreira. Certamente hoje em dia estaria com um passado diferente daquele que tive, apesar de me orgulhar daquilo que fiz, porque tive colegas que ainda estiveram pior. Consegui manter-me sempre no patamar mais elevado do futebol português, apesar de não atingir uma equipa de top.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E9): Eu diria que com Scolari era difícil, mas com o professor Carlos Queiroz acredito que seja mais acessível. Isto depende muito do ponto de vista do treinador, da maneira de pensar, na maneira de trabalhar, porque cada pessoa tem um método de trabalho.

Acredito que neste momento não é muito difícil, porque o professor Carlos Queiroz é uma pessoa que tem uma forma de trabalhar diferente. Conhece o jogador a, b ou c, independentemente de jogar no clube x ou y, não

interessa, ou seja, o jogador estando num bom momento, estando a ser destacado, estando a ter uma rentabilidade, a cada domingo, muito alta, não acredito que o professor Carlos Queiroz seja capaz de deixar esse jogador de fora (já deu provas disso).

Agora, isto também se insere, obviamente, num grupo sempre pré-seleccionado. Cada treinador, regra geral, define um lote de 25, 30, 35 jogadores, o número eu não posso quantificar qual é, mas há sempre um número de jogadores que estão debaixo de observação. A não ser que surja um jogador que a cada domingo seja uma surpresa para eles, então aí esse jogador também passa a entrar nesse grupo.

Portanto, penso que neste momento em Portugal é mais fácil atingir a excelência, apesar de obviamente ser difícil chegar a selecção A, porque para chegar a uma selecção A não chega esse item de em cada domingo mostrar um rendimento muito alto. É preciso ter uma experiência internacional, pode não ser de selecção, mas de clube, porque é preciso viver esses momentos. Uma coisa é jogar em Portugal, em ambientes que nós todos conhecemos, outra coisa é nós irmos para um espaço, para uma realidade completamente diferente. Não quer dizer que o futebol não se jogue tanto aqui como na China, não é nada disso, o jogo é o jogo, agora as próprias condicionantes que envolvem um jogo de futebol ao nível das emoções, o controlo psicológico que é fundamental. As pessoas que estão de fora muitas vezes não entendem o porquê de um jogador não ser convocado, porquê o seleccionador não chama o jogador que constantemente a cada domingo que passa está-se a notabilizar no seu clube, e se pensasse ou se tivesse uma conversa com alguém responsável que lhe pudesse transmitir que era preciso um complemento para esta situação. E eu entendo que esse complemento é bastante importante para que um jogador possa representar uma selecção A, ou seja, experiência internacional, pode não ser ao nível das selecções, mas ao nível dos clubes. Portanto, tendo um rendimento alto, mais essa situação tem 70/80%, não estando nos clubes grandes, de ser chamado para representar a selecção de Portugal.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

R 12: Não. Felizmente, pela minha maneira de trabalhar, nunca tive uma lesão grave. Obviamente também é preciso ter um bocadinho de sorte para não nos lesionarmos com gravidade. Mas eu felizmente nunca tive nenhuma lesão grave. As lesões mais complicadas que tive foram roturas musculares, e nunca me impediram de jogar futebol. Foi sempre no máximo.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E9): Sem duvida. No futebol temos que ter esses dois momentos, o momento de trabalho sério e o momento de descompressão (nem sempre devemos viver com as emoções do jogo). Temos duas fases neste tipo de trabalho, ou seja, temos a parte séria quando iniciamos o nosso trabalho, o nosso treino, o nosso jogo, e temos o momento de descompressão, de diversão, após essas exigências. É muito importante para um jogador libertar todo o stress, toda a ansiedade, toda a pressão psicológica do jogo, nesses momentos de diversão. Portanto, é o complemento da recuperação do atleta, quer ao nível físico, quer ao nível psicológico. O momento de diversão tem mesmo que estar presente na vida do jogador.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E9): Para conseguirmos as melhores condições temos que dar sempre o máximo. Obviamente nem sempre é possível essa situação ao nível do treino. Para tentarmos atingir a melhor performance temos que trabalhar sempre nos limites, por vezes as condicionantes do tempo, psicológicas a nível da nossa vida pessoal pode-nos condicionar a não darmos o melhor rendimento. Agora, a exigência normal é trabalhar no máximo para chegar ao jogo e estarmos no nosso melhor, isto é, trabalhar nos limites possíveis para que no jogo o nosso rendimento seja o melhor possível.

Ao longo da minha carreira tive alguns momentos diferentes, porque cada treinador tem uma metodologia de treino diferente. Tive treinadores que

tinham uma maneira de trabalhar em que numa fase inicial da época davam as ditas tarefas, tínhamos três treinos por dia, deixando a parte técnica e tática numa segunda fase. Portanto, uma primeira fase em que a parte física era totalmente abrangente, e a parte técnica e tática passavam para segundo plano. E tive treinadores que desde o primeiro momento o nível de exigência era igual, ou seja, tínhamos a parte física com a parte técnica e tática.

Tanto numa situação como noutra já tirei bons frutos. Portanto, a minha opinião é boa para ambas. Agora, em termos pessoais aquilo com que mais me identifico é que devemos treinar para aquilo que vamos fazer, ou seja, para o jogo. Devemos treinar da mesma forma que vamos jogar. Não é possível fazer um meio fundo no jogo de futebol, andarmos a correr não sei quanto tempo ou uma maratona. Na minha opinião, devemos treinar da forma como vamos encarar o jogo. Muitas vezes não é muito bem aceite ou não é muito bem aplicado e daí, se calhar, o treinador tenha como recurso só introduzir a parte física e retirar a bola, porque o jogador muitas vezes se acomoda durante o trabalho, se não der o máximo, não está a atingir a meta que o treinador se propõe, e sendo assim há que dar outro tipo de situação para que o jogador atinja o nível físico necessário.

A minha opinião é sem dúvida, se puder, treinar para jogar.

Pelas poucas lesões que tive fui sempre dos jogadores que mais joguei durante as épocas. Obviamente que o desgaste era sentido mais na parte final, ou seja, com cerca de 40/50 jogos numa época. Por isso havia muitas vezes a necessidade de recorrer ao afastamento de 2/3 dias do próprio futebol para poder recuperar a motivação, os índices físicos e a parte psicológica. Esse aspecto, na minha opinião, tem que ser mais trabalhado, mais posto em prática nessa altura, ou seja, descompressão total do jogo, o afastamento durante 2/3 dias por semana para encarar o resto da preparação com a intensidade desejável, de preferência a intensidade do início/meio da época.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E9): A todo o momento, até ao final da minha carreira pensei sempre

em melhorar. Obviamente que pessoalmente nunca me senti satisfeito com aquilo que já sabia. Na altura em que fui internacional, tinha 18 anos e ganhei o que ganhei, houve um período em que pensei diferente, pensei que já sabia tudo, achei que já não era necessário aprender mais nada, tinha conseguido atingir o topo, e com o tempo a passar comecei a perceber como estava errado. Portanto, havia muito para aprender, havia muito para dar, e a medida que o tempo foi passando na minha carreira fui aprendendo coisas que me ajudaram a manter-me, em primeiro lugar, no topo do futebol português, porque não tenho dúvidas nenhuma que se continuasse com a mentalidade que estava não iria conseguir. O futebol nessa altura tinha uma exigência que não tem hoje. Continuo a dizer que o futebol de hoje não é pior nem melhor do que havia no meu tempo, era diferente, e acredito que com a exigência que tinha nessa altura se não trabalhasse, se não pensasse de forma diferente, se não fosse aprendendo coisas diferentes a cada dia que passasse não me conseguiria manter, disso não tenho qualquer tipo de dúvida.

Posso afirmar que na minha melhor época de sempre como jogador profissional se não consegui atingir uma equipa grande, consegui uma bagagem que me permitiu desenvolver melhor as minhas capacidades técnicas, tácticas, pessoais como homem. Com 28 anos consegui uma maturidade que me ajudou a estabilizar, e me ajudou a ver melhor o futuro da parte final da minha carreira. Portanto, foi uma maturidade que adquiri com gente do futebol, com gente que sabia muito do futebol, e a cada dia que passava eu procurava uma coisa nova para pôr na minha bagagem. Nesse aspecto foi muito bom, foi muito enriquecedor, e posso dizer que no final da minha carreira ainda estava a aprender coisas que a uns 10/15 anos atrás era inimaginável pensar. Não diria no campo, mas no ensinamento do contexto que envolvia a prática do futebol.

No que toca ao momento em que me apercebi que não iria atingir aquilo que tinha projectado para o meu futuro em termos futebolísticos posso dizer que para mim já não foi estranho, por incrível que pareça, ou seja, tivemos a fase do oito em que não havia aposta nos jogadores jovens, a aposta era toda em jogadores com 26, 28, 30 anos, onde se faziam os melhores contratos como jogador de futebol. E eu precisamente quando atinjo essa situação dos

30 anos, por incrível que pareça (não só eu como há muitos colegas meus que estão a passar por isso agora, e já outros passaram antes), a nossa carreira desportiva começa a entrar numa situação descendente, ou seja, os contratos que tínhamos são muito difíceis de se manter, a aposta que antes não era feita agora é feita. Portanto, o contra-senso de uma situação para a outra, a mentalidade das pessoas que estão a gerir hoje devia ser aquela dos dias em que conseguimos o campeonato de Riade, e as selecções jovens tiveram excelentes trajectos, não só a minha como as outras. Desta forma, fiquei sempre desenquadrado com a mentalidade dos gestores do nosso futebol, a minha geração ficou completamente desenquadrada. Porque passamos de uma época em que a aposta era nos jogadores com maior experiência em termos de idade, para uma época em que os jogadores com 28/30 anos já não têm qualquer tipo de interesse para a contratação das equipas grandes, e mesmo para aquelas que jogam para as provas europeias. Portanto, hoje um jogador com 30 anos se não tiver uma oportunidade numa equipa da primeira liga, se o seu contrato terminar, tem imensas dificuldades de continuar na primeira liga, ou seja, o mercado começa a fechar-se. Eu apanhei essa fase, o mercado começo a virar, apesar de eu ser um jogador com um número elevado de jogos a meu favor, tinha a idade contra. Por isso para mim aos 30/31 anos já foi muito difícil continuar a jogar na primeira divisão, precisamente por essa mentalidade das pessoas que gerem o futebol em Portugal, em que um jogador com 30 anos é um jogador velho, quando um jogador com 30 anos está no seu máximo.

Por tudo isto, esse momento em que encarei a realidade (não atingir a excelência) não foi nada estranho, obviamente vi as coisas com bastante tristeza, porque perspectivava ter essa oportunidade, pelo meu passado, por aquilo que eu continuava a dar ao meu clube e pelas observações que vinham nos jornais a cada domingo. Portanto, fiquei um bocadinho triste por essa situação não acontecer, porque pelo que fiz diariamente, domingo a domingo, a cada jogo que se passava, merecia uma oportunidade. Acho que mostrei qualidades de jogo e de trabalho, quer como homem, que como jogador para ter essa oportunidade. Nesse aspecto fiquei um bocado frustrado por ter

terminado a carreira e não ter tido a oportunidade, não sei qual a razão, sei que houve essas condicionantes, mas nunca cheguei a perceber o porquê de não me ter sido dada essa possibilidade, porque acho que a merecia.

A minha desmotivação não se deveu aos sacrifícios que tive de fazer para ser jogador de futebol (não sair a noite, estar longe da família, falhar festas importantes, etc.), mas sim por chegar aos 31/32 anos e saber que as minhas faculdades ainda estavam bem altas, saber que o interesse das pessoas diminui só por pensarem que um jogador que tem 30 anos já não é capaz de fazer a mesma coisa que um jogador de 18, 20, 22, 24 anos, o que é errado. Nessa fase é que a desmotivação começou a aparecer em mim, ao ponto de me perguntar o que ando a fazer no futebol neste momento? Tenho um passado de que me orgulho, tenho um percurso que não foi no top, mas estive a jogar sempre na primeira divisão, tenho perto de 200 jogos na primeira divisão, por isso não vou andar aqui a chatear-me com o futebol, com gente que não é do futebol, porque acho que os dirigentes para estarem no futebol deveriam ter formação, e não irem pelo que ouvem, ou seja, pelos empresários, pelos amigos, acho que deveriam ter uma opinião própria, uma avaliação própria para saber distinguir o que está bem e o que está menos bem, se o jogador tem ou não faculdades, não se podem deixar levar pelos outros. E eu ao aperceber-me destas situações cheguei a conclusão que já não andava a fazer nada no futebol, então em vez de me andar aqui a arrastar pelas equipas secundárias preferi abandonar, não que não tivesse gosto e prazer em o fazer, porque houve colegas meus que o fizeram, mas pelo meu passado, por aquilo que fiz no futebol acho que merecia respeito e terminar a minha carreira de outra forma, apesar de ter 32 anos tinha capacidades para me manter ao mais alto nível, e ter que terminar precisamente por essa falta de motivação, de prazer, e não continuar naquilo que mais gostava, e ter que abdicar precisamente por não me identificar com as mentalidades que existiam no nosso dirigismo em Portugal.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E9): Ser campeão do Mundo, e ser o primeiro jogador português a levantar a taça desse título que foi histórico para Portugal. Sinceramente não tenho palavras para exprimir todo o sentimento que ainda hoje vai cá dentro. O percurso que nós fizemos, a família que fomos durante cinco anos, basicamente os mesmos jogadores, um grupo de 22, 24, 28 atletas. Todos eles fizeram parte desse trajecto, ainda hoje passados vinte anos temos o mesmo relacionamento, tratamo-nos da mesma maneira. O facto de pertencer a esta selecção permitiu-me realizar como homem, e de pertencer a uma equipa ganhadora, e de conquistar aquele título para Portugal foi sem dúvida o momento mais alto da minha carreira, o momento que mais me sensibilizou, o momento que ainda hoje vivo e que me vai acompanhar para o resto da minha vida. É difícil transmitir todo o prazer, todo o orgulho, toda a vontade, todas as emoções que estão dentro de mim. Foi um momento único, um momento inesquecível que vai ser marcante a cada vez que passe nas televisões, nas rádios. Este momento, seja em termos desportivos ou em termos históricos de Portugal, vai estar sempre ligado aos nossos nomes e a minha imagem vai sempre aparecer para sempre.

Ficamos muito felizes por aquilo que tínhamos alcançado, depois do trabalho que tivemos, das dificuldades e tristezas que passamos, as emoções que passamos. No fim valeu a pena todo aquele sacrifício de estarmos fora das nossas famílias durante tanto tempo, longe dos nossos amigos, longe dos prazeres da vida. Ao levantar a Taça pensamos que tudo aquilo valeu a pena para conseguir essa vitória, e no fundo abrimos as portas aos jogadores jovens em Portugal.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E9): A única coisa que poderia reforçar era que se o jogador jovem não tiver continuidade na sua equipa, na sua trajectória, não se conseguirá impor.

Primeiro tem que ter oportunidade para poder chegar a equipa e poder conquistar o seu lugar, a partir desse momento, estando com regularidade na sua equipa (obviamente estou a falar de uma equipa de top) conseguirá ser

chamado, porque normalmente quem vai as selecções é o jogador de top, ou aquele que mesmo não começando nas selecções, começa nos clubes, e se participar nas provas europeias vai ter um estatuto idêntico aquilo que ele vai encontrar na selecção A.

Primeiro que tudo ele tem que ter oportunidade de entrar, e para isso deve trabalhar para merecer essa oportunidade. Depois de lá estar poderá conquistar o seu lugar, a partir daí não tem qualquer tipo de dificuldade em ser chamado, porque definitivamente vai ser chamado.

Continuo a dizer que o primeiro factor inibidor é a aposta. Por tudo aquilo que fiz nas selecções (no clube tinha poucas hipóteses) deveriam ter apostado mais em mim.

Se hoje tivéssemos uma selecção campeã do Mundo acredito que 80% a 90 % desses jogadores teriam sucesso em equipas grandes. Se Portugal hoje conseguisse um feito desses, não tenho qualquer tipo de dúvida que eles entravam logo em equipas grandes, já nem digo no futebol nacional, mas no futebol internacional (em equipas de top).

Deve ser dada uma oportunidade para o jogador se impor numa equipa que tenha expectativas de jogar para as competições europeias. Um jogador que não tenha essa possibilidade num campeonato nacional, quando for para um nível internacional irá ter muitas dificuldades, porque há factores extra-futebol que podem fazer com que um jogador não tenha o mesmo rendimento que tem no seu meio, no seu habitat natural, que é o campeonato nacional.

Era isso que queria reforçar, primeiro a oportunidade e depois saber aproveitar essa oportunidade.

Anexo 12: Entrevista 10

Valongo, 09 de Abril de 2009 – 14h30.

Oscar Rodrigues (O.R.): Qual o factor que mais influenciou a sua carreira desportiva? Porquê?

Entrevistado 10 (E10): O factor que influenciou foi sem duvida o meu pai. Porque ele também era jogador, na altura era guarda-redes, e influenciou-me um pouco a também ser guarda-redes.

Na altura tinha um colega meu que andava a estudar comigo e que andava nas escolinhas do Porto, e um vez em tom de brincadeira disse-lhe que ia lá treinar. Acabei por lá ir treinar e fiquei.

(O.R.): O que significou para si poder representar uma selecção nacional?

(E10): Isso é sem duvida o momento mais marcante de um jogador. Acho que os jogadores ambicionam jogar na selecção, e eu não fujo a regra. Recordo-me que na minha primeira internacionalização, ao ouvirmos o hino fiquei arrepiado e chorei. É sem duvida uma coisa espectacular, e fica marcado para sempre na minha memória. Só tenho pena de não ter sido internacional A, mas fica o passado, e o passado é bonito e só o recordo com boa memória.

(O.R.): O que pensa que o levou a atingir esse feito?

(E10): Penso que foi, sem dúvida, o meu valor. Foi o meu valor que fez com que conseguisse atingir a selecção. Porque recordo-me que na primeira convocatória dos sub-15, depois de um torneio de inter-associações, eu não fui chamado a selecção nacional, e depois na segunda convocatória já fui chamado. Isto só prova que foi o meu valor, e acho que quem vai a selecção é por mérito próprio e não por interesse de alguém. As pessoas dizem que os clubes influenciam muito a ida a selecção, concordo que os jogadores do Porto, Benfica, Sporting e Boavista tenham mais portas abertas, mas também acho que o valor é o factor mais importante.

(O.R.): Considera que os treinadores que foi tendo influenciaram o seu

percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E10): Eu recordo-me que nas camadas jovens tive vários treinadores e para todos eles o mais importante era o factor homem. Principalmente no Porto as pessoas olhavam muito para o aspecto homem, e depois então vinha o aspecto desportivo. Todos eles, cada um na sua época, me marcaram. Um pela postura dele, por nos criar a mística ganhadora, outros por nos ensinarem o que era a vida além futebol. Todos eles me marcaram, e ainda hoje em dia me recordo deles como amigos, e hoje ainda continuo a ter contacto com alguns deles, embora não possa ter com todos, mas continuo a ter contacto com alguns deles. Fica sempre uma amizade, e as vezes ainda recordo esses tempos que foram bons, mas já passaram.

No meu tempo de jogador nas camadas jovens do Porto não tive um treinador específico de guarda-redes. Na altura não havia, o que havia era o treinador adjunto que fazia o treino específico de guarda-redes. Portanto, neste aspecto não houve influência nenhuma.

(O.R.): Considera que os dirigentes que foi tendo influenciaram o seu percurso desportivo? Porquê e de que forma?

(E10): Houve um dirigente que me marcou. Foi na altura do Porto, o senhor Raul Peixoto em que era o presidente do futebol jovem. Este sim me marcou no futebol, em termos do meu percurso. Ainda hoje me liga no dia do meu aniversário, e isto só prova que a amizade continua. Este marcou-me, porque lembro-me que na altura tinha 13 anos e ele disse-me “tu vais ser o futuro guarda-redes do Porto, vamos assinar um contrato profissional contigo”. Aos 13 anos assinei contrato profissional com o Porto, ou seja, aos 15 anos era profissional, aos 13 anos não era profissional, mas assinei um pré-contrato profissional. Esse senhor fez tudo para que eu conseguisse jogar nos seniores do Porto. Mas isso não veio a acontecer, e ainda hoje lhe agradeço muito o que ele fez por mim.

Este dirigente sim influenciou a minha carreira desportiva. Se não fosse ele, se calhar, não tinha tido o percurso que tive, que embora não fosse um percurso muito bom, também não é um percurso mau.

Foi o único que me marcou enquanto dirigente.

(O.R.): Qual o factor a que atribui maior importância para o facto de não ter atingido a excelência no escalão sénior? Porquê?

(E10): Nas camadas jovens fui sempre titular por onde passei, em todos os escalões do Porto fui sempre titular. Depois aquela transição de júnior para sénior era uma transição difícil em que nós saímos dos juniores do Porto sem vícios e vamos para um plantel sénior.

Recordo-me que estive seis meses a trabalhar no Porto em que era o terceiro guarda-redes no tempo do Bobby Robson, mas depois o Porto acabou por me emprestar ao Felgueiras em Dezembro. Ai sim soube o que era o futebol sénior e as chamadas máfias do futebol sénior.

Posso dizer que tive muita dificuldade nessa transição.

Em conclusão, nessa minha primeira época de sénior não consegui jogar (só fiz um jogo), e depois na minha segunda época continuei no Felgueiras (na primeira divisão) onde também fiz poucos jogos. E este foi um dos factores que, se calhar, fez com que eu não atingisse a selecção A. Porque se estamos num clube de primeira divisão e conseguimos ser aquele titular indiscutível, que época após época continua a jogar, e a dar nas vistas, temos mais possibilidades de chegar a uma selecção A.

Também no meu tempo o guarda-redes da selecção A era o Vítor Baia, que tapava os caminhos a tudo e a todos. Hoje em dia a porta está muito mais aberta.

Penso que o factor, mas importante, que fez com que não fosse chamado a selecção A foi nunca ter sido titular indiscutível de uma equipa da primeira divisão.

(O.R.): O futebol ou a prática desportiva ajudaram-no na sua formação como pessoa? Porquê?

(E10): Sem dúvida, o futebol foi a minha escola. Deixei os estudos aos 15 anos, mal, mas deixei, porque na altura tinha contrato profissional e estava na selecção. Sendo assim era difícil conciliar o futebol com os estudos. Nós

tínhamos selecção praticamente de 15 em 15 dias em que íamos a segunda-feira e vínhamos a quarta-feira, que eram os chamados estágios. Comecei a ficar sem tempo e a matéria começava a ficar para trás.

O futebol é que foi a minha escola, ensinou-me o que é ser homem, ser amigo. Hoje em dia sei que sou um bom ser humano, porque também tenho consciência disso, por causa do futebol, por causa dos conhecimentos que ganhei no futebol, por causa das pessoas que conheci no futebol, foram pessoas muito boas, há pessoas más, mas também há pessoas boas, como em tudo na vida. Essas pessoas ensinaram-me o que é ser homem e que há vida além do futebol, porque o futebol neste momento é a minha vida, é o meu ganha-pão, mas não é só o futebol, tenho família, tenho as minhas filhas, as quais tento dar a melhor educação possível, para que elas não façam algumas coisas que eu fiz, mas isso foram coisas que aprendi no futebol.

Ao longo da minha carreira privei-me de muita coisa, de sair a noite com os meus colegas. Recordo-me que fui campeão europeu de sub-18 em Espanha e no final desse campeonato eu e os meus colegas de selecção viemos para o Porto onde iria haver uma festa que iam dar para nós numa discoteca, todos os meus colegas foram e o meu pai não me deixou ir, achava que não devia ir, porque a minha vida não permitia que saísse a noite. Eu privei-me de muitas coisas, de conviver com os meus colegas. Hoje em dia tenho muito poucos colegas de infância, se calhar não tenho nenhum, porque fui perdendo o contacto com eles, por causa da minha actividade profissional, na qual não me podia expor dessas formas. No fundo abdiquei, por completo, da minha juventude em prol do futebol.

(O.R.): Quais foram as principais aprendizagens que teve com a prática desportiva?

(E10): Foi o espírito de grupo, foi o saber partilhar e acima de tudo saber respeitar a opinião do outro, porque num grupo de trabalho onde somos 23, 24, 25 jogadores, cada um pensa da sua maneira, ninguém pensa igual. Nesta situação é normal haver divergências e temos que saber lidar com a personalidade de cada um. Foi isto que eu aprendi, saber compreender, saber

ouvir e depois saber também explicar quando não estava de acordo, sem magoar a pessoa em causa.

(O.R.): Os seus pais pressionavam-no para atingir bons resultados desportivos?

(E10): A minha mãe não. O meu pai sim. O meu pai pressionou-me e muito, já lhe disse que se calhar não fui mais além no futebol por causa dele. Recordo-me na altura em que fui para o Porto, para as escolinhas, em que o meu pai foi proibido de ver os jogos, porque ele ia para trás da minha baliza e ficava a dar indicações durante todo o jogo. Isso influenciou e se calhar prejudicou-me um pouco. Hoje em dia já não tem esses comportamentos, também nem poderia ser, já não sou o menino que era.

Penso que o meu me prejudicou um pouco no futebol.

Pressionava-me em termos de resultados, e quando não jogava o que ele me dizia era: “deixa mas é o futebol, porque tu não tens vida para isso, não tens valor”. Isso às vezes também magoa, ter que ouvir essas coisas de um pai.

Quando estamos bem, tudo está bem e passamos por cima de tudo e todos, mas quando estamos mal não, precisamos que alguém nos puxe para cima, e ele nunca fez isso. E às vezes fico muito magoado com ele por isso. Mas pronto, as coisas passam e ele é o meu pai, tenho que o aceitar conforme ele é.

(O.R.): Se pudesse mudar alguma coisa durante o seu percurso de formação, o que seria e porquê?

(E10): No meu percurso de formação não mudava nada. Sinceramente, acho que foi um percurso bonito, fui internacional, fui campeão nacional, fui campeão europeu, estive num mundial, fui Dragão de Ouro. Penso que é o que qualquer jogador ambiciona. Por isso não mudaria nada, aquilo que foi é aquilo que seria certamente.

Fugindo um bocadinho a pergunta, no que diz respeito ao meu percurso enquanto sénior sim mudava. No início nunca teria rescindido o contrato com o Porto, em que tinha mais dois anos e quis rescindir por influência de um

empresário. Também posso referir o facto de ter tido varias oportunidades para jogar noutros clubes e não ter ido, lembro-me de uma oportunidade que tive para ir jogar para Espanha, que em termos financeiros era uma proposta muito boa, na altura tinha vinte anos, e não quis ir por uma questão de família, se fosse hoje ia. Recordo-me que tive um contrato para assinar com o Guimarães de três anos e não quis ir. Recordo-me que assinei quatro anos pelo Beira Mar e ao fim de dois anos quis vir embora por influência de um empresário que me disse que ia para o Braga, se fosse hoje primeiro queria ver o contrato do Braga e depois então rescindia com o Beira Mar. São coisas que ficam marcadas, e era isso que eu mudava, certas atitudes que tive, hoje não as tinha.

(O.R.): Sente que em Portugal é difícil atingir a excelência em escalões seniores? Porquê?

(E10): Não é difícil, porque quando temos valor, o valor acaba sempre por vir ao de cima. Se calhar é mais difícil porque temos os chamados estrangeiros, é evidente que o mercado do futebol está engolido pelos estrangeiros. Nós vamos aos plantéis seniores das equipas da primeira liga e vemos que a maior parte são estrangeiros, os portugueses estão tapados e têm que ir jogar para outras divisões, e numa segunda liga é muito difícil ser chamado a uma selecção A. Agora também começaram a abrir excepções aos chamados brasileiros naturalizados portugueses e tudo isso tapa o lugar aos portugueses. Nunca concordei com isso, porque se não temos uma selecção forte é aquilo que temos, e temos que ir jogar com ela. Isso torna muito mais difícil o trabalho dos portugueses. É muito mais difícil ser chamado a uma selecção A quando temos jogadores estrangeiros a jogar na nossa posição, e não jogando no nosso clube é impossível ser chamado a selecção.

(O.R.): Durante o seu percurso desportivo foi sofrendo lesões graves? Se sim, de que forma pensa que essas lesões o afectaram?

(E10): Sinceramente nunca tive uma lesão grave.

Tive uma lesão durante um jogo. A segunda jornada, no jogo Varzim –

Beira-Mar parti o braço aos cinco minutos de jogo. Estive quatro meses para recuperar, e aquilo que me influenciou em termos negativos foi perder o início de campeonato, foi perder alguns jogos. Felizmente não tive mais lesões.

(O.R.): Pensa que é importante aliar o divertimento ao trabalho? Porquê?

(E10): Tudo é bom, agora há que saber quando é para trabalhar a sério e há que saber quando é para trabalhar e a brincar, porque podemos brincar e trabalhar ou podemos trabalhar e brincar.

O treinador também tem que ter a sensibilidade de saber o momento em que o jogador está a trabalhar, mas está a ter alguma brincadeira e tem que saber acatar isso, porque tiramos muito mais rendimento de um jogador que se está a rir, que está bem disposto, mas está a trabalhar do que estar amuado e não está a fazer nada, não está com a cabeça no treino. Sou apologista que no trabalho também deve haver algum divertimento, mas é preciso saber distinguir quando é para trabalhar a sério e quando se deve brincar, e às vezes há jogadores que não sabem distinguir isso e levam o treino todo para a brincadeira. Se calhar, há jogadores que nunca atingiram o patamar alto do nosso futebol por nunca se terem aplicado a sério no trabalho.

(O.R.): Qual a sua opinião sobre a intensidade de treino e de competição a que foi submetido?

(E10): Pelos clubes onde passei apanhei sempre bons treinadores. Sempre trabalhamos com a intensidade de jogo. Antigamente dizia-se que havia o jogador de treino e o jogador de jogo, mas eu não sou apologista disso, sou apologista sim do trabalho e que durante a semana se nós trabalhamos bem temos mais possibilidades de no domingo estar bem, se trabalhamos mal muito dificilmente vamos estar bem, podemos estar um jogo bem, mas no segundo já não vamos estar bem. Portanto, a intensidade no treino tem que ser a mesma que no jogo, sempre em tempo reduzido, não os 90 minutos de jogo, mas a intensidade tem que ser a mesma, e estar sempre com a máxima concentração no trabalho, porque se estamos concentrados no treino vamos estar concentrados no jogo.

Ao longo da minha carreira desportiva fui apanhando bons treinadores, agora bom treinador não é só aquele que trabalha bem, também já apanhei treinadores de fazer treino conjunto ao sábado de manhã com jogo no domingo seguinte. Na minha opinião, isso não é bom para o jogador, porque o treino de sábado de manhã antes do jogo deve ser um treino mais de descompressão, de diversão para no domingo estar bem, porque estamos praticamente a 24 horas da competição. Por outro lado também já apanhei treinadores em que a vertente física não era o mais importante, em que a parte técnica era mais importante. Já apanhei de tudo.

No que toca aos jogos que temos por época penso que são poucos, comparando com a Inglaterra em que numa semana têm três jogos, nós temos dois jogos ou um jogo por semana. Hoje abrimos os jornais e vemos que uma equipa que joga no domingo e joga na quarta-feira para as competições europeias para o próximo domingo já vai sentir o cansaço. Quer dizer, isso é um bocado ridículo, porque na Inglaterra jogam ao domingo, a quarta-feira e ao domingo, e estão sempre ao mais alto nível. Penso que o jogador português não está mentalizado para o trabalho, e se calhar contra mim falo, porque já fiz esses comentários. Sei que há muitos jogos, que há muitos treinos, mas acho que não estamos preparados para essa mentalidade, principalmente comparando com outros países. A nossa intensidade de jogos é muito baixa. Não posso crer que um país como o nosso em que estamos em crise, em que os estádios estão vazios, em que tudo no futebol está mal e o campeonato pára duas semanas. Realmente podia parar a primeira liga, os jogos com as equipas dos jogadores que estavam na selecção, agora a segunda liga não tem que parar, não há jogadores na selecção A, o porquê de parar? Portanto, acho que tem muitas paragens para o campeonato que é.

(O.R.): Em algum momento do seu percurso desportivo pensou que seria incapaz de melhorar a sua performance? Porquê?

(E10): As vezes duvidamos um bocado do nosso valor, e eu às vezes também já duvidei do meu, as vezes depois de treinos ou jogos que não me corresse bem punha tudo em causa. E penso que é nisto que os jogadores

chamados fortes psicologicamente conseguem ser mais fortes e singrar no futebol. Se calhar, mentalmente nunca fui muito forte, mas nunca deveria ter posto em causa o meu valor, porque se ontem tinha valor hoje também o tenho.

Acho que o meu percurso poderia ter sido um bocadinho melhor se fosse mentalmente mais forte, porque às vezes duvidava realmente do meu valor. Hoje em dia já não tanto, porque a minha idade já me permite tirar outro rendimento do treino, que aos 18/20 não tirava.

No meu tempo de camadas jovens era apontado como o sucessor do Vítor Baia, e essas coisas caíam bem em mim, todos nós gostamos de ser elogiados. Nessa altura o Hilário era o meu suplente, e fiquei triste por dentro quando na fase sénior o Hilário foi titular do Porto enquanto eu estava no Penafiel. Tudo isso me magoou, não magoado com ninguém, porque não podia estar magoado com alguém, mas magoado comigo. Este é um exemplo da dúvida do meu valor, pensava que se calhar ele era realmente melhor do que eu. Mas nós tínhamos que passar sempre por cima disso, e eu acho que sempre consegui passar por cima disso e tudo o que consegui foi graças ao meu valor, porque nunca tive ajudas de ninguém para singrar no futebol. Consegui ser jogador de primeira liga durante muitos anos com o meu valor. No caso do Hilário que hoje é jogador do Chelsea e eu jogo no Freamunde, e o Hilário sempre foi o meu suplente. Geralmente aquilo que é nas camadas jovens, nos seniores é completamente diferente. A evolução dele foi maior e a minha estagnou, foi simplesmente isso, penso eu.

É assim, nós quando estamos bem tudo se ultrapassa. Quando estava a jogar na primeira liga estava muito bem, se tinha que estar fora da família estava, porque tinha que ser. Hoje em dia já cansa, o próprio acordar e ir treinar já não é a mesma coisa. Se calhar também está relacionado com a fase, com a motivação, mas a motivação tem que ser sempre a mesma, tanto jogar no Freamunde, como jogar no Beira Mar ou no Penafiel tem que ser a mesma, e eu encaro isso sempre com a mesma motivação. Agora, às vezes custa-me levantar de manhã e ir treinar, mas é o dinheiro, tem que ser. Hoje em dia a saturação é maior do que a 3/4 anos atrás e já não sinto aquele prazer de jogar futebol que tinha antes, mas se calhar a culpa é das pessoas do futebol.

Porque nós andamos, não é o caso, mas nós andamos a levantar-nos todos os dias para ir treinar e chegar ao final do mês e não receber, perdemos a motivação por completo. Já estive seis meses sem receber e é muitíssimo complicado, temos que ir buscar dinheiro as poupanças, e nessa altura perdi por completo a motivação de jogar futebol, ponderei mesmo em deixar o futebol, porque não faz parte dos meus princípios. Penso que se o cidadão trabalha tem que receber. Hoje em dia é normal irmos para um clube e não receber, ninguém faz nada, enquanto que nas fábricas se os funcionários estiverem sem receber um ou dois meses vão para a televisão queixarem-se. Mas, segundo a opinião pública, no futebol é normal, porque o jogador de futebol ganha muito e por isso não precisa de receber. Por causa disto começamos a perder a motivação de jogar, e chegamos a uma altura em que pensamos que não vale a pena fazer sacrifícios, é preferível fazer sacrifícios em prol da família.

(O.R.): Olhando para todo o seu percurso desportivo qual pensa que foi a sua maior vitória pessoal? Porquê?

(E10): A minha maior vitória pessoal foi jogar na primeira liga por mérito próprio, porque há situações em que o empresário a, b ou c, quando quer, põe um jogador na primeira liga.

Eu felizmente ou infelizmente nunca tive esses chamados empresários, e tudo o que consegui foi com o meu valor.

Penso que jogar na primeira liga é o sonho de qualquer jogador. Se formos perguntar aos jogadores das camadas jovens de todos os clubes qual é o objectivo pessoal eles vão dizer que é jogar na primeira liga. E eu consegui jogar na primeira liga. Enquanto jogador de futebol sinto-me realizado em relação a isso.

(O.R.): Para finalizar, tendo em conta o tema deste estudo, e principalmente toda a sua experiência, tem algo a acrescentar a esta entrevista?

(E10): Há uma grande diferença em fazer a formação numa equipa como o Porto e fazer a formação numa equipa, por exemplo, como o Valonguense. No Porto temos tudo, não nós falta nada, ate o facto de termos

um ordenado enquanto jogador da formação, e eu tinha o meu ordenado.

Na transição de júnior no Porto para sénior noutra equipa (neste caso foi no Felgueiras) senti muitas dificuldades e acho que isso é o factor mais importante para um jogador. E os primeiros dois anos de sénior são fundamentais, porque ou nós damos o chamado salto ou então vamos ficar por ai. Eu olho para a minha geração e vejo que realmente só dois ou três é que conseguiram dar o salto, porque os outros ficaram todos pelo chamado meio nível. Se calhar tinham valor para ir mais longe, mas nunca o fizeram, porque sentiram dificuldade na transição de júnior para sénior. Ou temos um treinador que nos ajuda e diz “miúdo eu vou-te ajudar”, falhamos uma vez, falhamos duas, a terceira já não vamos falhar, porque te sentes apoiado, agora se tu falhas uma vez e és posto de lado não tens hipótese nenhuma para recuperar, porque és um miúdo com 18 ou 19 anos e não tens o poder de encaixe de um jogador de 30, 32 ou 33 anos. É nesta altura que os treinadores têm que ajudar esses jogadores.

Eu não quero ser treinador, mas se por ventura algum dia fosse treinador, eram esses miúdos que iria ajudar, porque um jogador próximo dos 30 anos o que vai evoluir? Muito pouco, a margem de progressão é baixa, enquanto que um jogador próximo dos 20 anos tem uma margem de progressão imensa. Estes últimos, é que têm de ser trabalhados para evoluir.

No meu tempo não havia essa mentalidade que há agora para meter jovens jogadores a jogar. Os treinadores tinham medo de correr o risco. Felizmente, hoje em dia vemos que todas as equipas têm jovens a jogar a titulares sem problema nenhum. Ainda bem que a mentalidade evoluiu, e nesse campo o futebol também teve uma evolução grande.

