

Estratégias de enfrentamento da mulher atleta de aventura durante a pandemia

Estrategias de afrontamiento de las mujeres deportistas de aventura en la pandemia

Coping Strategies for Women Adventure Athletes During the Pandemic

Juliana de Paula Figueiredo¹

Gisele Maria Schwartz²

- ¹ Doutorado na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Professora colaboradora, Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID), Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. Membro do Laboratório de Estudos do Lazer (LEL/GERE/UFU- Uberlândia-MG) e do Laboratório de Pesquisa em Lazer e Atividade Física (LAPLAF/UDESC). Email: juliana.figueiredo@udesc.br
ORCID: 0000-0001-8477-465X
- ² Doutorado na Universidade de São Paulo (USP). Professora Adjunta aposentada na Universidade Estadual Paulista (UNESP), Departamento de Educação Física (DEF), Rio Claro, São Paulo, Brasil. Membro do Laboratório de Estudos do Lazer (LEL/GERE/UFU- Uberlândia-MG). Livre Docência pela Universidade Estadual Paulista (UNESP). Email: gisele.schwartz@unesp.br
ORCID: 0000-0003-1599-5314

Como referenciar

Figueiredo, J. P., & Schwartz, G. M. (2023). Estratégias de enfrentamento da mulher atleta de aventura durante a pandemia. *Educación Física y Deporte*, 42(1), 37-71. <https://doi.org/10.17533/udea.efyd.e347932>

© Autores.



Esta obra está licenciada sob a licença Creative Commons Atribuição-
NãoComercial-Compartilhado 4.0.

RESUMO

Este estudo qualitativo investigou se há resistência à participação das mulheres em esportes de aventura, o impacto do confinamento e as estratégias adotadas para lidar com o isolamento social durante a pandemia da COVID-19. Um questionário *online* foi aplicado a uma amostra intencional de 32 mulheres de esportes de aventura. Os dados evidenciam adaptações no tipo e nos horários dos treinos; impactos positivos como mais atenção a saúde e mais tempo para os treinos, e impactos negativos como instabilidade emocional, estresse, desmotivação, dificuldade de manter o treinamento, perda salarial e resistência na fase inicial da carreira.

PALAVRAS-CHAVE: atletas, aventura, barreiras, COVID-19, esportes, gênero.

RESUMEN

Este estudio cualitativo investigó si existe resistencia a que las mujeres practiquen deportes de aventura, las consecuencias del confinamiento y las estrategias adoptadas para enfrentar el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. Se administró un cuestionario en línea a una muestra intencional de 32 mujeres deportistas de aventura. Los datos muestran adaptaciones en el tipo y el horario de las sesiones de entrenamiento; impactos positivos como más atención a la salud, más tiempo para la formación, e impactos negativos como inestabilidad emocional, estrés, desmotivación, dificultad para mantener el entrenamiento, pérdida de salario y resistencias en la fase inicial de la carrera profesional.

PALABRAS CLAVE: atletas, aventura, barreras, COVID-19, deportes, género.

ABSTRACT

This qualitative study aimed to investigate whether there is resistance to women's participation in adventure sports, the impact of confinement and the strategies adopted to deal with social isolation, during the COVID-19 pandemic. An online questionnaire was applied to a purposive sample of 32 women who practiced adventure sports. Data show adaptations in the type and timing of training, positive impacts such as more attention to health and more time for training, and negative impacts such as emotional instability, stress, demotivation, difficulty maintaining training, loss of salary and resistance in the early stage of the career.

KEYWORDS: Athletes, adventure, barriers, COVID-19, sports, gender.

INTRODUÇÃO

O reconhecimento de que o esporte desempenha um papel social relevante não é recente e diversos autores tentaram evidenciar seu valor na promoção da saúde, de educação e até mesmo em diálogos interculturais e políticos (Ruprecht, 2021). Entretanto, mesmo no âmago desse fenômeno social, pode haver descaminhos que denotam desafios ainda não superados, como a falta de princípios de inclusão e discrepâncias envolvendo a presença de desigualdades de raça e gênero.

Tanto com o viés da sociologia (Hargreaves & Anderson, 2014) quanto de outras ciências, como a psicologia do esporte (Rubio & de Oliveira Camilo, 2019) e as ciências do esporte (Laudares Silva & Schwartz, 2020; Vilodre Goellner, 2005), esses autores tem procurado apontar os elementos que deflagram essas discrepâncias entre os valores do esporte e a presença de entraves, sobretudo as diferenças de gênero e tentar contribuir para minimizá-los e promover o empoderamento da mulher no

esporte. Entretanto, embora este aspecto tenha de certa forma diminuído, ainda permanece como um ranço até os dias atuais.

O modelo hegemônico e binário que definiu o contexto do esporte foi inicialmente estabelecido a partir das diferenças biológicas, o que, com base no discurso de comprometer a *performance*, representou uma das causas históricas que deflagravam essas disparidades de gênero no âmbito esportivo. Porém, o foco nessas diferenças pode ir muito além, pois outros aspectos entram em cena, sobretudo referentes às (ausências de) oportunidades, à (des)valorização e aos fatores sociopolíticos e culturais (ineficientes) (Capranica et al., 2013).

Esses aspectos, até hoje, não são equitativos entre homens, mulheres e as diversas categorias LGBTQI+ envolvidas no esporte (Bernardes Pereira, 2019). Assim, a literatura de gênero parece ter lacunas que precisam ser elucidadas por meio de novas abordagens, pois as interfaces que permeiam as discussões de gênero e esporte são plurais complexas, com muitas facetas ainda a serem esclarecidas.

Portanto, este estudo sobre gênero e esporte busca dar voz e espaço as mulheres atletas que praticam um tipo de esporte bastante singular, os esportes de aventura. Este foco corrobora o pensamento de autoras importantes nos estudos de gênero e esporte no Brasil, que advertem que difundir estratégias de resistência (Silva et al., 2020) e ressaltar o protagonismo da mulher, inclusive no contexto dos esportes de aventura, representa uma questão política para a promoção de empoderamento e de sua visibilidade (Vilodre Goellner & Kessler, 2018).

O esporte de aventura possui peculiaridades que o diferenciam de outros esportes. Ele envolve atividades potencialmente desafiadoras, vivenciadas de modo atrativo e distinto de outras formas de expressão esportiva, conforme evidenciou Wheaton (2004). Uma de suas principais características é voltada às vivências de novas sensações e emoções, diretamente no ambiente

natural (Booth, 2020), o que também envolve aspectos de imprevisibilidade. Isto o torna ainda mais desafiador e diferenciado.

Essas possibilidades alargadas pelas interfaces com as forças dinâmicas provenientes da natureza, segundo Booth (2020), são capazes não apenas de produzir emoções e sensações atrativas, mas inclusive de promover significados que transformam as perspectivas humanas, podendo deixar marcas inusitadas e produzir novas éticas envolvendo o ambiente natural. Para esse autor, as possibilidades de vivências de imprevisibilidade inerentes ao contexto natural, causam tensão e suspense, porém, promovem e estimulam a busca por aventura e excitação.

Esse tipo de esporte tem se tornado cada vez mais em popularidade (PE Scholar, 2019), justamente pela perspectiva de envolvimento intenso com a natureza. Em consequência, Booth (2020) enaltece a dinâmica presente nessa afinidade humana com o ambiente natural, decorrente da prática de esportes de aventura, ressaltando a forma fluída, harmoniosa e ímpar com que esses atletas se relacionam com esse ambiente. Nesse sentido, percebe-se que esta relação atleta-natureza se torna amalgamada e representativa nesse tipo de esporte.

Porém, nem todos os motivos para a prática de um esporte de aventura são os mesmos. Brymer et al. (2009) ressaltaram que existe uma diversidade de motivos de aderência aos diversos esportes, apontando que, em esportes de duração relativamente curta, como paraquedismo, esqui alpino e *mountain bike*, o foco motivacional recai na vivência de adrenalina, bem como em uma onda de emoções variadas e de excitação. Já em outros esportes com duração mais prolongada, os quais necessitam planejamento e organização em longo prazo, como no caso do remo oceânico e do alpinismo, esses autores destacam que os motivos estão centrados no engajamento e nos sentimentos de satisfação na realização dessas tarefas. Assim, podem ser percebidos motivos intra e interpessoais de adesão a esse tipo de esporte.

Entretanto, quando o foco recai na compreensão dos motivos de aderência da mulher no esporte e, particularmente, da presença feminina no esporte de aventura, não basta, apenas, olhar para os aspectos pessoais para definir esses motivos. A discussão vai muito mais além, uma vez que as diferenças de gênero amalgamadas tradicionalmente à prática esportiva, sobretudo a essas envolvendo a aventura, deixam marcas até hoje, impactando a presença feminina nesse contexto esportivo e trazendo à baila distintas questões ainda inexploradas.

Ao discutir sobre essa relação da presença feminina no esporte de aventura, Moraldo (2020) focaliza especificamente o montanhismo, evidenciando que esse esporte foi, no início do século XIX, codificado e pensado para a participação masculina e contado por homens, deixando um espaço bastante restrito para as mulheres. Entretanto, as mulheres desenvolveram diversas estratégias para poderem participar desse ambiente, não raro, hostil para com elas. A autora ressalta que uma das formas para que as mulheres conseguissem conquistar seus lugares nesse tipo de esporte foi entrando nos cânones de masculinidade, inclusive, com a utilização de calças compridas, o que, na época era fora do padrão feminino. A falta de legitimidade nessa prática dita tão masculina, fez com que as mulheres também recorressem a estratégias como lançar mão de recursos financeiros, suficientes para poderem participar das provas.

Além disto, Moraldo (2020), com seu olhar sociológico, ressalta que muitas mulheres daquela época procuraram reagir à subjugação masculina e à extrema rigidez da ordem social. Para tanto, provocaram uma transgressão aberta, capaz de amplificar o desejo de se libertarem da marginalização social que as prendia, ainda que tentassem reconciliar a prática esportiva com o respeito aos papéis de gênero impostos e às convenções sociais da época. Com base no olhar dessa autora, percebe-se que a defesa da entrada da mulher no mundo dos esportes de aventura não representou apenas uma reivindicação feminista, mas uma

engendradora demanda por uma autonomia efetivamente enraizada. A confiança adquirida representou o primeiro passo para desafiar a hegemonia masculina nesse tipo de esporte.

Não obstante, no contexto do esporte de aventura, é preciso ir além de se alegrar a presença da diferença de gênero. Torna-se importante, efetivamente, exigir a superação da indiferença para com a mulher nesse esporte. As adaptações feitas pelas mulheres para serem aceitas no ambiente da elite do esporte de aventura são intensas e persistentes até os dias de hoje. Embora ainda sejam minoria nesses esportes, hoje as mulheres conseguiram criar um espaço de resistência importante, galgando patamares bastante representativos e fazendo progresso nesse tipo de atividade (Duarte e Silva et al., 2020).

Entretanto, com adição de uma nova variável, relativa à crise mundial provocada pela pandemia de COVID-19, há muitos outros desafios para o engajamento e permanência da mulher nos esportes de aventura. Entre as medidas adotadas para contenção do vírus que assola o mundo na atualidade, o isolamento social trouxe grande estranheza, provocando alterações bastante significativas na tessitura social.

No caso dos esportes de aventura, esses entraves quebraram, ao menos temporariamente, a profunda relação humana com o ambiente natural propiciada pelas vivências dos esportes de aventura direto na natureza. Esse tipo de evento inesperado, como a pandemia de COVID-19, causa impactos inimagináveis e com consequências ainda pouco conhecidas nos diversos setores da sociedade. As medidas de freio à contaminação por esse vírus, as quais levaram à adoção de estratégias de confinamento e isolamento social, deflagraram o distanciamento dos atletas de esportes de aventura de seus locais de treinos e muitos eventos foram suspensos ou adiados, obrigando os atletas a se manterem em forma e conservarem suas carreiras, aguardando a retomada de suas atividades no período pós-pandemia.

Ao se abordar a participação feminina no contexto dos esportes em geral e, particularmente, nos esportes de aventura, parece que o choque decorrente das medidas adotadas ao longo da crise pandêmica pode ser bastante significativo. Já era uma realidade para muitas mulheres atletas da elite mundial, segundo Bowes et al. (2022), o recebimento de salários mais baixos que os dos homens, os contratos de curto prazo ou de tempo parcial, além de condições de trabalho bem mais simples. Além dessa real desigualdade de gênero já existente no esporte, consoante Bowes et al. (2022), a elite esportiva mundial foi fortemente afetada pela pandemia, sobretudo o esporte feminino. Segundo esses estudiosos, o efeito imediato da pandemia impactou ainda mais o bem-estar, a forma de treinar, assim como, as carreiras e a situação financeira de mulheres atletas.

Entretanto, as dimensões de gênero, no que tange ao contexto da elite mundial do esporte, segundo Rowe (2020), têm recebido pouca atenção na literatura que envolve as narrativas acerca da relação entre esporte e pandemia. Além disso, o autor evidencia que, não raro, a centralidade das pesquisas recai nos homens, criando-se uma defasagem de estudos que olham para a mulher atleta.

Esta preocupação também perpassou o pensamento de Clarkson et al. (2020), conquanto o foco não tenha sido um esporte de aventura, mas, o estudo focalizou o futuro do futebol feminino de elite na Inglaterra. Esses autores afirmaram que o esporte feminino, de modo geral, recebe menos atenção e já é mais precário em termos de condições de treinamento e contratos financeiros, do que o masculino. Assim, com a intercorrência da pandemia, a elite feminina do esporte pode ter absorvido ainda mais impactos negativos, sendo que esta realidade pode também perpassar o âmbito dos esportes de aventura.

Ainda que já se tenham esses e alguns outros poucos estudos a respeito dos impactos dessa pandemia sem precedentes e do isolamento social sobre os atletas em geral (Mehrsafar et al.,

2020; Pété et al., 2021), a característica multidimensional desses impactos, as respostas orgânicas de cada atleta feminina e as estratégias adotadas ao longo desse período ainda provocam inúmeras lacunas pouco exploradas na literatura de gênero. Além disto, as particularidades referentes aos esportes de aventura ainda representam outras incógnitas, justificando e gerando o interesse dessa pesquisa.

Nesta perspectiva, o objetivo deste estudo foi investigar as possíveis resistências sofridas por mulheres atletas de esportes de aventura e os impactos do confinamento e as principais estratégias adotadas por essas mulheres para enfrentamento da fase de isolamento social durante a pandemia da COVID-19.

METODOLOGIA

O estudo teve uma natureza qualitativa e foi pautado em pesquisa exploratória. Este tipo de pesquisa favorece o olhar direto sobre o fenômeno investigado, ampliando as condições de explicitação dos problemas e as possibilidades de compreensão sobre a temática (González, 2020).

Como instrumento para a coleta de dados, foi utilizado um questionário *online* autoaplicável, criado com o recurso digital Google Forms cujo *link* de acesso foi enviado às participantes por e-mail ou pelo aplicativo WhatsApp. O questionário continha os dados de caracterização (gênero, idade, estado civil, escolaridade, tipo de esporte de aventura que praticava atualmente, tempo de envolvimento com este esporte, e principais competições que participou), e três questões abertas. As questões delineadas nesse instrumento foram criadas a partir do objetivo e foram referentes aos impactos positivos e negativos no treinamento e nas carreiras, percebidos pelas atletas ao longo da fase de confinamento social, bem como às estratégias adotadas para dar continuidade aos treinamentos e a carreira, além de pers-

crutar sobre possíveis resistências para participação como atleta nessa modalidade de esporte de aventura na natureza.

Primeiramente, para obter o acesso às participantes do estudo, realizou-se ampla divulgação da pesquisa e do perfil do público alvo em grupos do WhatsApp da área de aventura em que as pesquisadoras faziam parte (relacionados a eventos científicos, cursos formativos, aventura no contexto escolar, eventos esportivos, entre outros), solicitando a indicação de atletas e de seus respectivos contatos. Em seguida, fez-se o contato com algumas mulheres, praticantes de esportes de aventura, por meio de suas redes sociais ou pelo aplicativo WhatsApp, momento em que ocorreu a apresentação do objetivo do estudo; foram explicados, detalhadamente, sobre a condução da pesquisa, com informação sobre sua não identificação e a garantia de sua desistência a qualquer momento e como seria o instrumento de coleta de dados; efetivando, assim, o convite oficial para participação.

Depois que as atletas deram seu consentimento, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi assinado digitalmente e todos os procedimentos éticos necessários para a realização da coleta de dados *online* foram seguidos. A coleta de dados foi realizada nos meses de fevereiro e março de 2021.

Fez parte do estudo uma amostra intencional composta por 32 mulheres residentes em diferentes estados do Brasil. As atletas eram praticantes de diversas modalidades dos esportes de aventura (corrida de aventura, escalada, *highline*, orientação, parapente, *mountain bike*, *rafting*, entre outras), escolaridade variando de terceiro grau completo à pós-graduação em nível de doutorado incompleto, com idades entre 24 e 55 anos. Ressalta-se que, para preservar a identidade das participantes foram utilizados nomes fictícios ao mencioná-las.

Os dados provenientes do instrumento utilizado para a coleta foram analisados com base na técnica de Análise de Conteúdo (Bardin, 2011). Como previsto nesta técnica, no que tange às

questões abertas, foram criadas três categorias de análise definidas *a priori*, referentes a:

1. Estratégias adotadas
2. Impactos positivos e negativos do confinamento
3. Resistência à prática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No que concerne aos dados de caracterização sociodemográfica da amostra, pode-se perceber que todas as mulheres participantes do estudo apontaram ‘feminino’ relativo ao gênero, sem evocar as diversidades. Este aspecto pode retratar, ainda, a dificuldade em se posicionar adequadamente frente à opção sexual, mesmo que se tenha deixado livre para optar no item, dentro do conceito aberto de gênero (e não sexo), para não ser valorizada apenas a binaridade masculino e feminino.

O reconhecimento de expressões de gênero que vão além do binarismo viabilizou novos paradigmas para a valorização da diversidade sexual e de gênero. Com isto, houve um tensionamento da retórica até então deflagrada e à amplificação das cartografias não normativas das identificações de gênero, conforme salientou Lionço (2020). Segundo essa autora, ainda assim, prevalece certo receio do enfrentamento dos ônus moral e social que assolam as pessoas que não correspondem à hegemonia de gênero historicamente propagada. Apesar de poder ser uma resposta natural, está dada por todas as participantes no quesito gênero feminino, a perspectiva aventada por Lionço (2020) talvez dê conta de justificar a identificação da unanimidade de resposta de gênero feminino, podendo ter havido alguém constrangido de assinalar as demais variantes de gênero.

Outro aspecto ligado ao gênero é a restrita participação feminina praticante desses esportes de aventura em competições de grande expressão. Embora os dados do presente estudo mos-

tram que as atletas participaram de competições que vão desde níveis locais a mundiais, são poucas as atletas que citaram ter participação em grandes competições mundiais.

A esse respeito, Toledo Machado (2021) ressalta que, das 445 atletas brasileiras envolvidas com as versões das Olimpíadas até o ano de 2012, apenas 25 eram representantes de esportes de aventura. Ainda que a projeção dos esportes de aventura venha paulatinamente ganhando a mídia, a participação feminina não é tão expressiva. Para esse autor, essa constatação pode ser justificada pelas questões de diferenças de gênero amalgamadas na sociedade e que ainda se pronunciam em forma de barreiras para o envolvimento de um número maior de mulheres nessas modalidades esportivas.

No quesito da idade as atletas participantes do presente estudo possuíam idades entre 24 e 55 anos, com maior incidência de mulheres com 40 anos, seguido de 28 anos, 36 anos e 50 anos e outras idades com menor incidência. Pode-se notar uma predominância de mulheres com 40 anos e mais, o que parece ser bastante interessante para esse tipo de modalidade esportiva envolvendo a aventura, devido à demanda de *performance*.

Esse resultado corrobora o estudo realizado na Espanha, por Rojo-Ramos et al. (2021), cujos dados sociodemográficos também apontam a predominância de idade madura entre os praticantes de atividades de aventura. Da mesma forma, o estudo de Mohamed et al. (2018), quanto ao perfil sociodemográfico do praticante de aventura em Kampar evidencia idade média de 33 anos e o estudo de Giddy (2018) realizado com turistas sul-africanos, também incluía pessoas de 40 anos, sendo que o número de mulheres participantes dessas modalidades de aventura estava em ascensão.

Pereria et al. (2017), em estudo sobre os esportes de aventura praticados no meio urbano de São Paulo, ressaltaram que os escaladores possuíam média de idade superior, quando comparados a praticantes de outras modalidades. Os autores justi-

ficam esse aspecto com base no preço dos equipamentos, na necessidade de alguma formação anterior à prática e pela atividade apresentar maior risco que outras praticadas em ambiente urbano, requerendo mais experiência e domínio motor para a modalidade.

Em outros tipos de modalidades esportivas, talvez a idade possa representar um fator limitante para a continuidade da carreira, como na ginástica, ou, até mesmo, no futebol. Ferreira de Melo et al. (2021) evidenciam que este fator da idade tem um impacto na carreira esportiva. Para eles, a carreira esportiva possui um tempo limitado para ocorrer, sendo privilegiado o ápice durante a segunda e terceira décadas de vida. Porém, com os esportes de aventura, não existem estudos que comprovam esta afirmativa dos autores referenciados e, pela participação feminina do presente estudo, parece não haver esse entrave, sendo que a experiência requerida para estas práticas pode exercer um diferencial importante na gestão de risco e na busca por segurança.

Outros dados sociodemográficos do presente estudo ressaltam que houve a mesma incidência de mulheres casadas e solteiras, seguido de divorciadas e em união estável. Esta diversidade também foi percebida na escolaridade, variando de ensino superior completo à doutorado incompleto.

Estes dados vão ao encontro parcial dos achados no estudo de Rojo-Ramos et al. (2021). Na pesquisa desses autores, os praticantes eram prioritariamente solteiros e com formação universitária. Assim, há uma equivalência com o presente estudo no aspecto do nível de escolaridade, haja vista que, no presente estudo, as mulheres oscilaram de formação universitária até doutorado incompleto, o que também coincide com os dados do estudo de Mohamed et al. (2018), apontando o nível universitário de formação como predominante nos participantes de esportes de aventura em Kampar.

Sobre os tipos de esportes a que se dedicavam, a maioria das mulheres citou os esportes terrestres, seguidos pelos aéreos e com menor incidência os aquáticos. O tempo de envolvimento com as atividades de aventura mais citado foi de dois anos, porém foi também citado mais de 30 anos. As competições nas quais estas mulheres participam variaram desde provas pontuais em circuitos locais, estaduais e regionais, como também aquelas válidas para os circuitos nacional, latino-americano, internacional e mundial.

Carroll (2021) desenvolveu um estudo a respeito da excelência feminina na escalada e seus resultados apontam que a diferença de desempenho entre atletas masculinos e femininos diminui quando se analisam esportes que expressam movimentos humanos que evoluíram naturalmente na espécie humana, como escalar árvores e rochas. Assim, as mulheres escaladoras estão entre as melhores do mundo, tendência que não é vista em outros esportes. O autor ainda conclui que essa habilidade excepcional das mulheres escaladoras provém de adaptações músculo-esqueléticas que evoluíram para facilitar movimentos essenciais, neutralizando as diferenças físicas gerais entre mulheres e homens. Com base nesses dados, o autor comprova que a escalada foi um movimento essencial para a evolução humana. Assim, esta constatação, talvez justifique a primazia das atletas participantes do presente estudo na afinidade com modalidades terrestres, como a escalada, conforme citado nos resultados do presente estudo.

No que concerne aos esportes aquáticos, estes foram os menos citados pelas participantes da amostra do estudo, ainda que algumas estejam engajadas em competições de modalidades aquáticas. O comportamento de busca de sensações não difere entre homens e mulheres. Entretanto, o envolvimento das mulheres nos esportes extremos, segundo Frick (2021), é bem menor do que o de homens. Para o autor, a mulher está sub-representada em esportes extremos, como mergulho livre e mergulho em

penhasco, entretanto, aquelas que fazem parte dessas modalidades não apresentam diferenças dos homens no que tange à busca de sensações dando preferência ao risco.

As principais alterações que ocorreram nesta fase de *lockdown* incluíram gravidez, perda de peso, limitação de espaços de treinamento para o interior das casas e praças no entorno das residências das atletas, bem como o tempo de treino, que aumentou para algumas e diminuiu para outras, a utilização de esteiras para treino de atividades funcionais *indoor*, diminuição da motivação para treinar e diversificação de atividades, como yoga, caminhadas noturnas e pilates.

Indo ao encontro dos achados do presente estudo, Mantovani et al. (2020) ressaltaram que a mulher atleta teve um impacto diferenciado dos homens ao longo da pandemia, quando se elenca o tema da maternidade. Para esses autores, durante o *lockdown*, algumas mulheres atletas se tornaram mães, o que também afetou diretamente a forma de treinar, com possíveis ressonâncias em suas carreiras. Não apenas esse fato já representa uma diferença significativa de gênero no contexto esportivo, mas também, esses autores assinalam a permanência da visão de desigualdade na divisão do trabalho doméstico e dos cuidados com os filhos, afetando mais a elite feminina do esporte.

Tratando-se especificamente das atletas que praticam modalidades na natureza, o distanciamento dos treinos dos locais caracterizados como *outdoor* (ao ar livre), os quais, geralmente, acompanham a prática dessas atividades, trouxe consequências e alterações na rotina das atletas. Elas tiveram que enfrentar mudanças substanciais na forma, no tempo e no conteúdo dos treinos, para se adequarem às exigências momentâneas.

As atletas do estudo corroboram o pensamento de Evans et al. (2020), os quais ressaltam que, conquanto a pandemia tenha limitado a possibilidade de algumas ações motoras e de conteúdo social ocorrerem de modo regular, esta limitação desencadeou maior conscientização sobre a importância da práti-

ca regular de atividades físicas. Porém, a partir desta pandemia, não há clareza sobre o futuro do esporte.

Diante dos dados encontrados no presente estudo, referente à categoria 1 (estratégias adotadas), pode-se perceber que a maioria das atletas manteve o treinamento de alguma forma, adaptando-o para ambientes fechados, ou restringindo os locais ao ar livre para prática, buscando o entorno das residências. Mesmo com a dificuldade de treinar normalmente, muitas das mulheres atletas mantiveram o próprio treinamento de forma autônoma, lançando mão de novas atividades, como yoga e pilates, para complementarem os esforços necessários para a manutenção das condições psicofísicas. Estas adaptações iniciais foram expostas por Carolina, atleta da modalidade corrida de aventura: “Retornei o treinamento em plena pandemia, primeiro com atividades funcionais indoor e bike no rolo, depois voltei a correr outdoor” (comunicação pessoal, 14 de março de 2021); assim como por Raquel, atleta de corrida de trilha: “Consegui material emprestado para seguir com o treino de musculação. E também treinamento na escada de casa, no lugar da corrida” (comunicação pessoal, 06 de fevereiro de 2021).

Lim e Pranata (2020) ao estudarem as atividades esportivas no *lockdown* durante a pandemia ressaltaram a autonomia e a individualidade dos treinos nessa difícil fase enfrentada. No caso das atletas do presente estudo, mesmo que elas participem de modalidades em grupo (como *rafting* e corrida de aventura), o treinamento durante o período de isolamento social tem ocorrido predominantemente de forma individualizada. Para tanto, foram postuladas diversas estratégias adaptativas, permitindo estímulos para manutenção dos treinamentos.

Ainda assim, a motivação foi um dos pontos citados pelas atletas, algumas buscando a gestão emocional para manterem-se motivadas, outras citando a perda da motivação durante o isolamento. No estudo desenvolvido por DeJong et al. (2021), elaborado para perscrutar o comportamento de corrida, bem

como a motivação e a incidência de lesões durante a pandemia, foi esclarecido que a pandemia intensificou, em alguns casos, o volume de treino, porém também foi notada a diminuição na intensidade dos treinos e na motivação para treinar, aumentando o risco de lesões.

Em parte, os resultados do presente estudo corroboram esses dados dos autores anteriormente citados, a respeito da diminuição dos treinos e dos estímulos motivacionais. Alguns atletas, entretanto, mostraram mais capacidade de resiliência ao enfrentarem e se manterem motivadas durante esse período do isolamento, adaptando, na medida do possível, as formas de manterem a estabilidade funcional e psíquica.

De todo modo, foram observadas alterações nas rotinas de treinamento, para menos ou para mais, além de diversificação de atividades. Isto leva aos impactos do confinamento, os quais foram efetivamente sentidos associados à pandemia. Entretanto, um dado chamou a atenção, haja vista que muitas dessas mulheres participantes são consideradas atletas de elite e, mesmo assim, parecem não ter tido acompanhamento adequado de uma equipe técnica, tendo que se organizar sozinhas.

Mais uma vez, pode-se notar a possibilidade de haver algum ranço de desigualdade de gênero, haja vista que, em outros esportes de predominância masculina, os atletas foram devidamente acompanhados, para passarem pela pandemia de modo a não afetarem suas carreiras (Lim & Pranata, 2020). Portanto, este é o tipo de dado que deve ser aprofundado nos estudos de gênero no esporte, envolvendo a participação feminina.

Ao se focalizar a categoria 2 (impactos do confinamento), puderam ser percebidos impactos positivos e negativos referentes a esse período. Entre os impactos positivos foram mencionados aspectos sobre o aprendizado de recursos tecnológicos para educação à distância; a possibilidade de sair da zona de conforto para buscar novas estratégias de treino; o trabalho remoto em casa trouxe maior tempo para dedicação ao treino;

a percepção da importância dos cuidados com a saúde e da atividade física para a manutenção dos fatores de equilíbrio psicofísico foi ampliada.

Com a chegada da pandemia de COVID-19, houve uma série de transformações em curso, causando muita pressão sobre todos os habitantes do planeta. A incerteza passou a ser um componente natural deste tempo, a sensação de instabilidade atinge diversos contextos, deixando claro que a ocorrência desta atual pandemia se dá no âmbito da sociedade em rede, onde se pode propagar e compartilhar ideias e sentimentos, de modo bastante eficiente.

O medo gerado durante a pandemia faz despertar uma corrosão na tessitura social, propagando injustiças sociais, egoísmo e racismo. Conforme Pinsky e Ribeiro (2021), não há apenas ameaça à vida, mas, inclusive, ao legado universal. Com as desigualdades mais nítidas, as ameaças aos direitos humanos se sobressaem, além da polarização política. Entretanto, da mesma maneira em que há esta corrosão, avivam-se sentimentos de colaboração e coletividade, com intuito de deflagrar novos horizontes amplificando a capacidade de resiliência.

A capacidade humana de se reinventar emerge com força frente aos desígnios de uma pandemia. Assim, entre os impactos positivos citados pelas atletas do presente estudo, foi possível amplificar a motivação para novos aprendizados, tendo sido citada a perspectiva de sair da zona de conforto para buscar novas estratégias de treino, uma vez que, com o trabalho remoto em casa, houve maior tempo para dedicação ao treinamento. Estas considerações ressaltam o papel importante que a tecnologia e o ambiente virtual ganharam durante a pandemia. Este foi o caso de Luisa, atleta da modalidade orientação, conforme afirma: “Sobre a carreira, considero como impactos positivos, o aprendizado de técnicas e ferramentas de educação à distância que não teria aprendido não fosse a pandemia. E o conforto de trabalhar em casa” (comunicação pessoal, 06 de fevereiro de 2021).

Com a utilização de equipamentos para uso remoto, inúmeras atividades se tornaram possíveis de serem vivenciadas durante o confinamento. A ubiquidade característica dos recursos da internet e do ambiente virtual propiciaram, até mesmo, pautas de treinamentos, tanto baseadas em vídeos, como em *lives* e aplicativos. Estes recursos reiteram a perspectiva de *selftracking* (autorrastreo) e da datificação de si (Oliveira, 2021), em que o indivíduo busca por si próprio fazer registros sistemáticos de informações a respeito de sua saúde, alimentação, treinamento, utilizando *smartphones* ou aplicativos específicos, com o intuito de ajustar, da melhor forma, as condutas, para incrementar o bem-estar nos níveis físico e psíquico. Nesse sentido, o atleta se torna protagonista do estilo de estar no controle de si, conforme ressalta Oliveira (2021), coincidindo com as condutas adotadas pelas atletas no presente estudo.

Estes recursos do ambiente virtual tiveram (e ainda têm) grande ênfase durante a pandemia com a necessidade de reorganizar os mecanismos tradicionais de manutenção da atividade física regular. A motivação para a prática pode se manter em bom nível para a maioria das atletas, com a materialização de ações que permitam novos planejamentos e atingir outras metas, conforme foi aventado pelas participantes do estudo.

Entre os estímulos que alavancam a motivação para o envolvimento com a prática regular de atividades encontram-se o medo do fracasso e a crença no êxito. Ambos os eixos, conquanto sejam paradoxais, trabalham intensamente na moldagem dos comportamentos assumidos (Oliveira, 2021).

No caso das mulheres atletas de aventura, o confinamento atuou como essas alavancas propulsoras, no sentido de manterem o controle emocional e a prática de atividade física regular, ainda que algumas tenham se ressentido mais do que outras. A fala de Cintia, atleta de escalada, expõe os benefícios advindos da busca de alternativas para se manter no esporte durante o período de isolamento: “Os picos fecharam e diminuíram muito

a prática. De positivo, fui forçada a encontrar novas escaladas e pude desenvolver a mente fora da zona de conforto” (comunicação pessoal, 23 de fevereiro de 2021). Inclusive, para Marina, atleta de parapente, foi um motivador para retomar a prática desta modalidade: “O isolamento foi o gatilho para que eu voltasse a praticar esportes radicais, porque fiquei afastada por 8 anos” (comunicação pessoal, 23 de fevereiro de 2021).

As atletas aqui investigadas, em geral, apontaram ter percebido com mais ênfase o papel importante que o cuidado com a saúde e com a continuidade da prática de atividade física desempenha, para a manutenção dos fatores de equilíbrio psíquico, nesta difícil época pandêmica. Estes aspectos foram apontados como *impactos positivos* pelas atletas. A esse respeito, Vieira Lima et al. (2021) ressaltaram algumas estratégias a serem adotadas por surfistas durante a pandemia. Entre as indicações para minimizar os efeitos do confinamento, os autores evidenciam o importante papel da incorporação de corridas em esteiras e bicicletas ergométricas na rotina de treinamento, com o intuito de minimizar danos metabólicos, assim como melhorar os índices neuromusculares relevantes ao desempenho.

Para Mosqueira-Ourens et al. (2021), em um estudo com corredores recreativos, salientam que se as atletas mantiverem níveis elevados de treinamento ao longo do período pandêmico, os efeitos colaterais do confinamento, como risco de lesões e instabilidade nos treinos, podem ser diminuídos, quando elas retornarem aos treinamentos pós-pandemia. Esses autores reforçam a grande importância da manutenção da prática regular de atividades físicas, revigorando a percepção das atletas participantes do presente estudo.

Evans et al. (2020) também seguem na mesma linha de pensamento, alertando que a pandemia realmente impactou o volume e a forma de treinamentos, bem como promoveu o distanciamento social, porém, existem evidências, ao mesmo tempo, do aumento da conscientização sobre a importância da

prática de atividades físicas. Este, entretanto, é apenas um dos impactos que já se fazem notar no esporte, apesar da nítida insegurança que se apresenta neste setor da sociedade para o futuro. Assim, a utilização de recursos do ambiente virtual para complementação de informações e de busca por novas formas de se adaptar às atividades físicas, tem representado uma estratégia importante.

Para além das perspectivas que se alargam com a utilização do ambiente virtual e das redes sociais, o ser humano tem sido empreendedor de si próprio, conforme ressaltou Oliveira (2021), quando enfrenta circunstâncias estressantes como esta relativa à pandemia. Com o enfrentamento de situações-problema desta natureza, existe um impulso por iniciativa própria e a obrigatoriedade da rotina passa a ser substituída por iniciativas inusitadas, com o intuito de manter os níveis de motivação e equilíbrio emocional. Este parece ter sido o caso dessas mulheres atletas, as quais lançaram mão de estratégias particulares para passarem pelos ditames da pandemia, considerando, inclusive, impactos positivos advindos do confinamento, como ressaltado neste estudo.

Já os *impactos negativos* apontados pelas atletas versaram sobre diversos fatores, para além dos treinos. Entre eles, foram citados aspectos como o aumento da demanda de carga horária para o trabalho, a impossibilidade de prosseguimento com os treinos *outdoor*, alto nível de estresse, prejuízo no volume de treino, cancelamento das competições ocasionando desmotivação e insegurança, redução de salário dificultando o planejamento financeiro para o esporte, distanciamento prolongado dos parceiros de equipe, sensação de preguiça, falta de motivação para a prática, ganho de peso, perda de força muscular, mais preocupação com os entes queridos, excesso de alimentação inadequada, desânimo e cancelamento de apoio financeiro do município.

Håkansson et al. (2021) buscaram compreender os efeitos da incerteza decorrente da pandemia sobre a carreira. Entre os achados do estudo, os autores evidenciam que a exposição prolongada às incertezas causadas pela pandemia no esporte de alto rendimento pode deflagrar insegurança profissional. Dado o fato da perspectiva de longo prazo dessa situação, os autores ressaltam que os pesquisadores devem abordar com mais rigor a saúde mental e a instabilidade no trabalho de atletas, sobretudo, com foco específico nas mulheres atletas com pequenas margens de ganho financeiro, haja vista que as implicações em longo prazo são ainda desconhecidas.

Os autores também evidenciam que atletas de elite, para enfrentarem o estresse da pandemia, utilizam estratégias de aceitação, a qual se refere a aceitar uma situação, reconhecendo a realidade e a presença do estressor, buscando aprender a conviver com isto, ainda que não possam efetivamente alterar a situação. Isto requer uma avaliação da situação e a conscientização acerca das limitações de enfrentamento.

No contexto esportivo, a quarentena, as restrições de viagens e o adiamento e cancelamento de grande número de eventos esportivos tiveram efeitos agudos em atletas e as primeiras pesquisas já denotam impactos psicológicos importantes, inclusive com a interrupção de temporadas atléticas. Em ambientes esportivos que apresentem recursos limitados, os apoios financeiro e psicológico podem ser menos acessíveis e pouco estruturados. Assim, a pandemia ainda afetará os setores de negócios aliados ao esporte, gerando muitas perdas de contratos e instabilidade na carreira esportiva. O que era normalmente estabelecido no planejamento de carreiras esportivas, hoje torna-se incerto e deve sofrer alterações, sobretudo, no que tange à mulher atleta, segundo esses autores apregoam.

Esses e outros fatores associados à pandemia efetivamente reforçam impactos diferentes para as atletas, reiterando a constante desigualdade de gênero nesse setor da vida social.

Como Rowe (2020) apregoa, a pandemia não representa a causa da desigualdade de gênero no esporte, no entanto, contribui para que ela seja exacerbada. Assim, é imperativo que novas reflexões sejam promovidas, no que concerne aos impactos da pandemia frente às dimensões de gênero e, mais particularmente, para mulheres atletas nos esportes de aventura.

A reavaliação devido à incerteza, tanto da carreira, como dos treinos e a necessidade de gerenciamento emocional e superação do estresse, também foram aspectos citados no presente estudo. Ana, atleta de *mountain bike downhill*, disse que:

Engordei um pouco, além da pandemia ter atrapalhado por não estar havendo competições, sofri um acidente e estou em fase de fortalecimento da fratura do punho. Psicológico perdeu um pouco o foco das competições, o apoio que eu tinha do município foi cancelado em março de 2020, e agora em janeiro o edital abriu, me inscrevi e até agora não obtive resposta; além de que a comissão pediu um tempo. Moro numa cidade de interior, atleta aqui é uma realidade que não existe, infelizmente iríamos organizar um evento de *downhill* aqui [...], prefeito adiou em dezembro, agora pelo visto vai adiar novamente (comunicação pessoal, 10 de março de 2021).

Para Szczypińska et al. (2021), ao fazerem uma investigação com atletas de nível olímpico, a respeito das estratégias de enfrentamento do estresse durante a pandemia, as autoras evidenciaram o uso de estratégias de aceitação e de reavaliação positiva, ampliando a perspectiva de perceberem a situação de forma mais positiva. Para essas autoras, as mulheres atletas demonstram mais capacidade de buscar suporte emocional, bem como de se envolver com a realização de outras atividades e de aplicar a estratégia de reavaliação positiva, do que atletas masculinos por possuírem diferentes padrões de autorregulação emocional.

Evans et al. (2020) salientam que a indústria do esporte será desafiada, bem como transformada e reconceituada, dada a

consciência da precariedade do esporte frente a desafios como a pandemia. O impacto gerado pelos cancelamentos e adiamentos dos eventos esportivos aparentemente exerceu uma pressão muito grande no que tange aos salários, prêmios em dinheiro e meios de subsistência relativos aos atletas e técnicos. No contexto das atletas de esportes de aventura investigadas, impactos referentes ao cancelamento de competições foram citados por Ana, como apresentado anteriormente, e também por Luisa, atleta de orientação: “Não consegui realizar qualquer treinamento específico para orientação. Todos os treinos e competições oficiais foram suspensos e quanto retornaram, achei arriscado voltar, considerando os riscos da pandemia” (comunicação pessoal, 06 de fevereiro de 2021).

Evans et al. (2020) também atentam que alguns grupos específicos, como o das mulheres atletas, podem ter suas oportunidades ainda mais afetadas, limitadas e marginalizadas. Isto deve ser levado em consideração, ao se fazer um balanço dos impactos gerados pela pandemia no contexto esportivo e nas desigualdades, as quais já são problemas sociológicos tradicionais. Os autores ainda contribuem, deixando questões importantes para serem elucidadas, como saber se essas desigualdades de gênero no esporte poderão ser reduzidas ou apenas reproduzidas, ou até quando essas desigualdades de gênero e socioeconômicas envolvendo o esporte serão culturalmente aceitas. Segundo os autores, existem indícios de que a utilização de recursos de rastreamento e de tecnologias em geral possam se tornar ainda mais prevalentes no contexto do esporte, bem como a tendência de práticas esportivas individualizadas.

Assim como se defende a prática regular de atividades físicas como benéfica em diversos aspectos da vida humana, em face à pandemia, o confinamento e as restrições de uso do ambiente natural podem impactar sensivelmente a adesão aos esportes de aventura, como ficou evidente na fala de Paloma, atleta de *highline*, ao mencionar como aspecto negativo da pandemia:

“Dificuldade em treinar e um alto *stress* pelo impacto do isolamento, uma vez que pratico o esporte ao ar livre” (comunicação pessoal, 23 de fevereiro de 2021).

A busca pela prática de esportes de aventura tem por base diversos aspectos motivacionais. Para Kerr e Mackenzie (2012), os motivos de envolvimento são múltiplos, incluindo a possibilidade de assumir riscos controlados, de realizar metas pré-estabelecidas, de ampliar a interação social, de testar limites pessoais, de superação do tédio e do medo, além da perspectiva de vivenciar sensações corporais prazerosas, intensificando-se pelo fato de estar em contato com o ambiente natural e a estimulação dos diferentes órgãos dos sentidos.

Com isto, os sentidos corporais também podem ser afetados. Segundo McNarry et al. (2020), isto pode afetar a capacidade de treinadores, professores e atletas para avaliarem corretamente os aspectos que envolvem a prática de esportes na natureza e provocarem novas formas, ou mesmo, a exacerbação de desigualdades na participação esportiva.

De forma otimista, Evans et al. (2020) refletem que este reconhecimento e conscientização sobre as desigualdades, talvez possa promover a realocação de recursos privados e públicos com mais equidade dentro do cenário esportivo. Entretanto, os autores alertam para a necessidade de se repensar a própria natureza do esporte e da indústria esportiva, abrindo-se, neste momento, uma boa perspectiva para um novo recomeço.

Em relação à *categoria 3 (resistência à prática)*, referente à percepção sobre algum tipo de resistência contra sua participação como atleta nos esportes de aventura, a maioria das atletas que já tinha mais tempo de envolvimento com os esportes de aventura afirmou não perceber qualquer forma de resistência à sua participação, como a atleta de corrida *trail* e de rua, Érica: “Sou atleta amadora e nunca tive problemas” (comunicação pessoal, 23 de fevereiro de 2021). Entretanto, algumas atletas apontaram que no início de suas carreiras isto era evidente, sen-

do estes o caso da Paloma, atleta de *highline*: “Por não ter muito conhecimento técnico e não possuir equipamentos do setup, algumas pessoas me excluem das atividades” (comunicação pessoal, 23 de fevereiro de 2021) e também da Cintia, atleta de escalada: “Sim!!! Muitos homens cis heterossexuais me dizendo que devo fazer menos do que faço” (comunicação pessoal, 23 de fevereiro de 2021).

Esses dados do presente estudo não corroboram os achados do estudo de Barbosa Nepomuceno e Da Silva Monteiro (2019), ao analisarem as desigualdades de gênero no esporte de aventura, tomando por base as narrativas das mulheres do surfe. Assim, nas narrativas das mulheres do surfe, ficou evidente a identificação de aspectos ligados à desigualdade de gênero, apontando um lugar subalterno e desprestigiado das mulheres nesta prática esportiva de aventura na natureza. Entretanto, os autores também ressaltam que isto pode servir de gatilho para a resistência a esse enfoque, incentivando a busca por alterações nas disparidades e na hierarquia de gênero que ainda assolam o contexto do esporte e, particularmente, o esporte de aventura.

Na visão de Machado Figueira e Vilodre Goellner (2013), ao analisarem a participação das mulheres *skatistas* nesse esporte de aventura, também foram identificadas as relações de poder que perpassam a prática do *skate*, as quais geram diferenciações de gênero e oportunidades. Entretanto, também foi ressaltado como as mulheres do *skate* abriam espaços e difundiram seus discursos, de modo a garantirem sua presença e apropriação nessa modalidade esportiva no Brasil, vencendo as barreiras inicialmente impostas e as resistências regularmente presentes.

Essa quebra de padrões e a resistência da mulher para ocupar espaço no esporte de aventura, fortemente marcado pela hegemonia masculina, parece ter efeito de empoderamento da mulher. Segundo Hargreaves e Anderson (2014), as mulheres parecem se tornar mais seguras para vivenciarem e difundirem suas experiências exitosas nesse tipo de esporte, baseadas nos

aspectos do fortalecimento interior e na construção de identidade própria. Esta ideia parece ser uma justificativa para explicar as respostas negativas sobre a percepção de resistência contra a participação nos esportes de aventura, dadas pelas atletas que praticavam há mais tempo. Talvez, por já se sentirem devidamente entrosadas e empoderadas, não necessitam mais da afirmação sobre seu valor, que ainda acompanha quem está iniciando essas práticas.

Outro aspecto que pode representar uma variável para diminuir a percepção sobre as resistências na participação é que, muitas atletas participantes do presente estudo estão envolvidas em modalidades como a corrida de aventura e a orientação. Essas modalidades do esporte de aventura enfatizam, já em suas regras, a importância da presença feminina em equipes mistas. Sendo assim, para que o esporte se processe, há o rigor da regra estabelecendo a presença feminina na equipe, o que pode minimizar, também, a percepção sobre resistência à participação.

Entretanto, Duarte e Silva e Nunes Mourão (2017) alertam que, no esporte em geral e em outras modalidades de aventura, esta regra da exigência de participação feminina não se aplica, o que conduz à invisibilidade da mulher. Além disto, essas pesquisadoras, assim como Low et al. (2020), ressaltam o papel do discurso midiático no reforço à tradição hierárquica de gênero. As conquistas e lutas das atletas no esporte de aventura são pouco difundidas pela mídia, reforçando essas desigualdades de gênero em âmbito esportivo.

Para ampliarem a visibilidade, as mulheres lançam mão de meios de divulgação próprios, segundo ressaltaram Machado Figueira e Vilodre Goellner (2012), ao pesquisarem a mulher no skate. Essas estratégias são utilizadas com o intuito de minimizar os efeitos da indiferença da mídia sobre a presença feminina no esporte de aventura e difundir seus progressos.

Silva e Schwartz (2020) evidenciam que as discussões de gênero devem levar em consideração e difundir, cada vez mais

frequentemente, as estratégias de empoderamento da mulher nos esportes. Quando a mulher se sente empoderada, ela independe de julgamentos provenientes da estrutura social, enxergando os obstáculos como desafios a serem vencidos e novas perspectivas para crescimento pessoal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As experiências advindas dessa pandemia deixam clara a necessidade de novos olhares sobre gerenciamento de crises no contexto esportivo e a premência da atenção para a mulher atleta. A atenção coletiva dada em todo mundo a combate contra esse patógeno, a COVID-19, levou a um aumento exponencial do conhecimento em diversos campos. A perspectiva de aprender com o que foi vivido nesse conturbado momento da pandemia pode se tornar um gatilho para se preparar para o futuro das vivências esportivas.

No que tange aos esportes de aventura na natureza, a indefinição trazida pela pandemia pode afetar sensivelmente estas práticas. Autores como Mackenzie e Goodnow (2020), inclusive ressaltam que é o momento de se reimaginar a aventura, uma vez que a pandemia exige ações esportivas mais discretas, sugerindo vivências denominadas de microaventuras para minimizar os impactos predatórios. Porém, não se pode prever ainda como se dará a continuidade dessas vertentes envolvendo os esportes de aventura pós-pandemia.

Mesmo assim, as lutas e conquistas das mulheres participantes dos esportes de aventura devem ser devidamente focalizadas no contexto dos estudos de gênero durante e pós-pandemia para amplificar a visibilidade que merecem e diminuir as indiferenças. Historicamente, há uma sub-representação de mulheres atletas de esporte de aventura nas pesquisas de gênero, embora se perceba um crescimento de focos nas diferenças de

gênero. Ao se reconhecer e amplificar a presença feminina nos esportes de aventura será possível ampliar o senso de identidade e a abertura de novos espaços nessas práticas.

Para enfrentarem diferentes barreiras, resistências e falta de incentivos para participar dos esportes de aventura, as mulheres precisam deixar de ser invisíveis e de merecerem as indiferenças social e da mídia que ainda predominam. Isto só será possível por intermédio da adoção de um conjunto de alavancas sociais capazes de ampliar a aceitação e a difusão de suas relevantes presenças no esporte de aventura. Para tanto, novos estudos devem ser promovidos com o intuito de mobilizarem o enfrentamento dessas barreiras.

Ainda que o presente estudo possa auxiliar a esclarecer mais uma faceta envolvendo a mulher praticante de esportes de aventura, um dos fatores limitantes do presente estudo foi o número de atletas participantes da amostra, o que leva a compreender apenas a relação com alguns esportes de aventura. Esta limitação pode não ser representativa para generalização dos dados, entretanto, pode ampliar os estudos na área e contribuir para dar mais visibilidade a esta temática pouco explorada.

Como sugestão para novos estudos pode-se investigar diferenciações de atitudes e condutas de atletas mulheres e transgêneros envolvidos com os diversos tipos de esportes de aventura. Isto poderia facilitar a obtenção de dados e promover novas ações para ampliar a abrangência relativa à compreensão das complexidades humanas frente a esses desafios da aventura, contribuindo para complementar e ampliar os estudos referentes às questões de gênero no esporte.

Igualmente, torna-se importante investigações acerca das redes de apoio das atletas de esportes de aventura, tanto em âmbito pessoal quanto profissional, visando contribuir com estratégias para a permanência e o aprimoramento de sua participação no meio competitivo. Na mesma perspectiva, análises envolvendo políticas públicas que se constituem como barreiras

ou facilitadores para a participação deste público em específico poderiam contribuir com reflexões e avanços nos distintos contextos em que estas atletas estão inseridas.

REFERENCIAS

1. Barbosa Nepomuceno, L., & Da Silva Monteiro, N. (2019). Desigualdades de gênero no esporte: narrativas sobre o lugar da mulher no surfe. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 9(2), 101-116. <https://doi.org/10.31501/rbpe.v9i2.10175>
2. Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
3. Bernardes Pereira, A. (2019). A mulher e o esporte: do desafio da desigualdade ao desacerto com as questões de gênero. Em K. Rubio, & J. A. de Oliveira Camilo (orgs.), *Psicologia social do esporte* (pp. 37-65). Laços.
4. Booth, D. (2020). Nature sports: Ontology, Embodied Being, Politics. *Annals of Leisure Research*, 23(1), 19-33. <https://doi.org/10.1080/11745398.2018.1524306>
5. Bowes, A., Lomax, L., & Piasecki, J. (2022). The Impact of the COVID-19 Lockdown On Elite Sportswomen. *Managing Sport and Leisure*, 27(6), 513-529. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1825988>
6. Brymer, E., Downey, G., & Gray, T. (2009). Extreme Sports as a Precursor to Environmental Sustainability. *Journal of Sport and Tourism*, 14(2-3), 193-204. <https://doi.org/10.1080/14775080902965223>
7. Capranica, L., Piacentini, M. F., Halson, S., Myburgh, K. H., Ogasawara, E., & Millard-Stafford, M. (2013). The Gender Gap in Sport Performance: Equity Influences Equality. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 8(1), 99-103. <https://doi.org/10.1123/ijspp.8.1.99>
8. Carroll, C. (2021). Female Excellence in Rock Climbing Likely has an Evolutionary Origin. *Current Research in Physiology*, 4, 39-46. <https://doi.org/10.1016/j.crphys.2021.01.004>

9. Clarkson, B. G., Culvin, A., Pope, S., & Parry, K. D. (2020). Covid-19: Reflections on Threat and Uncertainty for the Future of Elite Women's Football in England. *Managing Sport and Leisure*, 27(1-2)1, 50-61. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1766377>
10. DeJong, A. F., Fish, P. N., & Hertel, J. (2021). Running Behaviors, Motivations, and Injury Risk During the COVID-19 Pandemic: A Survey of 1147 Runners. *PloS ONE*, 16(2), e0246300. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246300>
11. Duarte e Silva, F., & Nunes Mourão, L. (2017). *Representações de gênero na mídia sobre a corrida de aventura*. XI Seminário Internacional Fazendo Gênero e XIII Women's Worlds Congress. Transformações, conexões, deslocamentos. 30 julho a 4 de agosto. Florianópolis, Brasil. http://www.en.wwc2017.eventos.dype.com.br/resources/anais/1499439252_ARQUIVO_07.07.2017-ArtigoMM_FG.pdf
12. Duarte e Silva, F., Mourão, L., Schwartz, G, M., & Silveira Chaves, B. (2020). Memórias de Atenah: trajetórias de mulheres brasileiras na corrida de aventura. *Movimento*, 26(e26076), 1-17. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.100848>
13. Evans, A. B., Blackwell, J., Dolan, P., Fahlén, J., Hoekman, R., Lenneis, V., Mclarry, G., Smith, M., Smith, M., & Wilcock, L. (2020). Sport in the Face of the COVID-19 Pandemic: Towards an Agenda for Research in the Sociology of Sport. *European Journal for Sport and Society*, 17(2), 85-95. <https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1765100>
14. Ferreira de Melo, G., Cirino, G., & Sant'Ana Rabelo, I. (2021). Tempo de ressignificar a vida: transição de carreira de mulheres atletas. Em K. Rubio (org.), *Mulheres e esporte no Brasil: muitos papéis, uma única luta* (pp. 29-49). Laços.
15. Frick, B. (2021). Gender Differences in Risk-Taking and Sensation-Seeking Behavior: Empirical Evidence from "ExtremeSports". *De Economist*, 169, 5-20. <https://doi.org/10.1007/s10645-020-09373-y>
16. Giddy, J. K. (2018). A Profile of Commercial Adventure Tourism Participants in South Africa. *Anatolia*, 29(1), 40-51. <https://doi.org/10.1080/13032917.2017.1366346>

17. González, F. E. (2020). Reflexões sobre alguns conceitos da pesquisa qualitativa. *Revista Pesquisa Qualitativa*, 8(17), 155-183. <https://doi.org/10.33361/RPQ.2020.v.8.n.17.322>
18. Mackenzie, S. H., & Goodnow, J. (2020). Adventure in the Age of COVID-19: Embracing Microadventures and Localism in a Post-Pandemic World. *Leisure Sciences*, 43(1-2), 62-69. <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1773984>
19. Håkansson, A., Moesch, K., Jönsson, C., & Kenttä, G. (2021). Potentially Prolonged Psychological Distress from Postponed Olympic and Paralympic Games During COVID-19—Career Uncertainty in Elite Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 2-9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010002>
20. Hargreaves, J., & Anderson, E. (2014). Sport, Gender and Sexuality: Surveying the Field. Em J. Hargreaves, & E. Anderson (eds.), *Routledge Handbook of Sport, Gender and Sexuality* (pp. 3-18). Routledge.
21. Kerr, J. H., & Mackenzie, S. H. (2012). Multiple Motives for Participating in Adventure Sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 649-657. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.002>
22. Lim, M. A., & Pranata, R. (2020). Sports Activities During Any Pandemic Lockdown. *Irish Journal of Medical Science*, (190), 447-451. <https://doi.org/10.1007/s11845-020-02300-9>
23. Lionço, T. (2020). Ecos da abominação das dissidências sexuais e de gênero: Inquisição, exorcismos, psiquiatrização e “ideologia de gênero”. Em L. Ferreira (org.), *Gênero em perspectiva* (pp. 57-77). CRV. <https://www.editoracrv.com.br/produtos/detalhes/35550-genero-em-perspectiva>
24. Low, T., Miller, M., Doran, A., & Hardwick, L. (2020). Women’s Outdoor Adventure Experiences on Instagram: Exploring User-Generated Content. *Annals of Leisure Research*, 25(3), 374-398. <https://doi.org/10.1080/11745398.2020.1815068>
25. Machado Figueira, M. L., & Vilodre Goellner, S. (2012). O skate feminino no Brasil: estratégias de se fazer ver. Em L.

- Brandão, & T. Honorato (orgs.), *Skate e skatistas: questões contemporâneas* (pp. 147-169). Editora UEL.
26. Machado Figueira, M. L., & Vilodre Goellner, S. (2013). "Quando você é excluída, você faz o seu": mulheres e skate no Brasil. *Cadernos Pagu*, (41), 239-264. <https://doi.org/10.1590/S0104-83332013000200014>
 27. Mantovani, A., Dalbeni, A., & Beatrice, G. (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): We Don't Leave Women Alone. *International Journal of Public Health*, 65(3), 235-236. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01369-4>
 28. McNarry, G., Allen-Collinson, J., & Evans, A. B. (2020). 'Doing' competitive swimming: Exploring the skilled practices of the competitive swimming lifeworld. *International Review for the Sociology of Sport*, 56(1), 3-19. <https://doi.org/10.1177/1012690219894939>
 29. Mehrsafari, A. H., Gazerani, P., Zadeh, A. M., & Jaenes Sánchez, J. C. (2020). Addressing Potential Impact of COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Health of Elite Athletes. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 147-148. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.011>
 30. Mohamed, Z., Afandi, S. H. M., Ramachandran, S., Shuib, A., & Kunasekaran, P. (2018). Adventure Tourism in Kampar, Malaysia: Profile and Visit Characteristics of Domestic Visitors. *International Journal of Business and Society*, 19, 175-185. <http://www.ijbs.unimas.my/images/repository/pdf/Vol-19-S1-paper15.pdf>
 31. Moraldo, D. (2020). Women and Excellence in Mountaineering from the Nineteenth Century to the Present. *The International Journal of the History of Sport*, 37(9), 727-747. <https://doi.org/10.1080/09523367.2020.1819250>
 32. Mosqueira-Ourens, M., Sánchez-Sáez, J. M., Pérez-Morcillo, A., Ramos-Petersen, L., López-Del-Amo, A., Tuimil, J. L., & Varela-Sanz, A. (2021). Effects of a 48-Day Home Quarantine during the COVID-19 Pandemic on the First Outdoor Running Session among Recreational Runners in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052730>

33. Oliveira, B. N. (2021). *Personal trainer de bolso: uma tecnologia disruptiva na produção de imperativos para uma vida fitness* [tese de doutorado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul]. <http://hdl.handle.net/10183/234768>
34. PE Scholar. (2019). *Active Lives Adult Survey. November 17/18 Report*. Sports England. <https://www.pescholar.com/research/active-lives-adult-survey-november-17-18-report/>
35. Pereria, D. W., Oliveira de Paula, R., Batista da Silva, A., Galindo, C. B., & Sampaio Feitosa dos Santos, V. (2017). Esportes radicais no meio ambiente urbano no município de São Paulo. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 15(1), 83-92. <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2017.v15.n1.p83>
36. Pété, E., Leprince, C., Lienhart, N., & Doron, J. (2021). Dealing with the Impact of the COVID-19 Outbreak: Are Some Athletes' Coping Profiles More Adaptive Than Others? *European Journal of Sport Science*, 22(2), 237-247. <https://doi.org/10.1080/17461391.2021.1873422>
37. Pinsky, I., & Ribeiro, M. (2021). *Saúde emocional. Como não pirar em tempos instáveis*. Editora Contexto.
38. Rojo-Ramos, J., Vidal-Espinoza, R., Palacios-Cartagena, R. P., Galán-Arroyo, C., Manzano-Redondo, F., Gómez-Campos, R., & Adsuar, J. C. (2021). Adventure Tourism in the Spanish Population: Sociodemographic Analysis to Improve Sustainability. *Sustainability*, 13(4), 1706. <https://doi.org/10.3390/su13041706>
39. Rowe, D. (2020). Subjecting pandemic sport to a sociological procedure. *Journal of Sociology*, 56(4), 704-713. <https://doi.org/10.1177/1440783320941284>
40. Rubio, K., & de Oliveira Camilo, J. A. (orgs.). (2019). *Psicologia social do esporte*. Laços.
41. Ruprecht, L. A. (2021). Sport Matters: On Art, Social Artifice, and the Rules of the Game, or, the Politics of Sport. Em V. Rapti, & E. Gordon (eds.), *Ludics. Play as Humanistic Inquiry* (pp. 47-72). Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1007/978-981-15-7435-1_3
42. Silva, P., Mourão, L., Vilodre Goellner, S., & Botelho Gomes, P. (2020). Estratégias de resistência e empoderamento de

- treinadoras portuguesas. *Journal of Physical Education*, 31(1), 1-11. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v31i1.3109>
43. Laudares Silva, R., & Schwartz, G. M. (2020). Interfaces de gênero e empoderamento da mulher no Corfebol: uma revisão descritiva. *Cadernos Pagu*, (58), 1-31. <https://doi.org/10.1590/18094449202000580009>
44. Szczypińska, M., Samełko, A., & Guskowska, M. (2021). Strategies for Coping with Stress in Athletes During the COVID-19 Pandemic and Their Predictors. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.624949>
45. Toledo Machado, R. P. (2021). A participação das mulheres olímpicas brasileiras nas modalidades esportivas de aventura até os jogos de 2012. *Olimpianos - Journal of Olympic Studies*, 5, 13-28. <https://doi.org/10.30937/2526-6314.v5.id115>
46. Vieira Lima, G. H., Guimarães, P. L., & Babogluian, M. (2021). COVID-19 and Surfing: Problems, Strategies and Solutions for Surfers. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 27(1), 11-15. https://doi.org/10.1590/1517-8692202127012020_0056
47. Vilodre Goellner, S. (2005). Mulher e esporte no Brasil: entre incentivos e interdições elas fazem história. *Pensar a Prática*, 8(1), 85-100. <https://doi.org/10.5216/rpp.v8i1.106>
48. Vilodre Goellner, S., & Kessler, C. S. (2018). A sub-representação do futebol praticado por mulheres no Brasil: ressaltar o protagonismo para visibilizar a modalidade. *Revista USP*, 117, 31-38. <https://jornal.usp.br/especial/revista-usp-117-a-sub-representacao-do-futebol-praticado-por-mulheres-no-brasil-ressaltar-o-protagonismo-para-visibilizar-a-modalidade/>
49. Wheaton, B. (ed.). (2004). Introduction: Mapping the Lifestyle Sport-scape. Em *Understanding Lifestyle Sports. Consumption, Identity and Difference* (pp. 1-28). Routledge.