

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG
MATTHAUS SACKSER NEIVERTH
GUILHERME OLIVEIRA DA SILVA

**ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA PRECOCE NA GINÁSTICA RÍTMICA: UMA
REVISÃO CONCEITUAL**

CASCABEL
2023

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**MATTHAUS SACKSER NEIVERTH
GUILHERME OLIVEIRA DA SILVA**

**ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA PRECOCE NA GINÁSTICA RÍTMICA: UMA
REVISÃO CONCEITUAL**

Trabalho de Conclusão de Curso TCC-
Artigo para obtenção da aprovação e
formação no Curso de Educação Física
Bacharelado pelo Centro Universitário
FAG.

**Professor Orientador: Everton Paulo
Roman**

**CASCADEL
2023**

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG
MATTHAUS SACKSER NEIVERTH
GUILHERME OLIVEIRA DA SILVA

**ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA PRECOCE NA GINÁSTICA RÍTMICA: UMA
REVISÃO CONCEITUAL**

Trabalho de Conclusão de Curso TCC como requisito para a obtenção da formação no Curso
de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG

BANCA EXAMINADORA

Orientador
Professor Doutor Everton Paulo Roman

Professora Dirleia Sbardelotto Castelli
Banca avaliadora

Professor Hani Awad
Banca avaliadora

ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA PRECOCE NA GINÁSTICA RÍTMICA: UMA REVISÃO CONCEITUAL

Matthaus Sackser NEIVERTH¹
Guilherme Oliveira da SILVA¹
Everton Paulo ROMAN³
msneiverth@minha.fag.edu.br
gosilva3@minha.fag.edu.br

RESUMO

Introdução: A ginástica rítmica é um esporte que tem sido cada vez mais apreciado por atletas inseridos cada vez mais cedo em competições de alta *performance*. **Objetivo:** ampliar a discussão sobre especialização esportiva precoce na ginástica rítmica dentro de uma revisão conceitual. **Metodologia:** Pesquisa realizada por meio de uma revisão bibliográfica e análise de estudos relevantes sobre o tema em bases de dados científicos, como PubMed e Google Acadêmico, utilizando palavras-chave **Resultados:** A especialização precoce é uma questão muito delicada de se tratar, pois apresenta aspectos positivos e negativos que devemos considerar. Cabe destacar que sem ela não haverá mais atletas de elite. Dentro desse contexto, o processo de treinamento exerce papel fundamental e deve ser aplicada por profissionais devidamente qualificados. **Considerações finais:** A especialização esportiva precoce é um tema a ser discutido por uma equipe multiprofissional. Sabe-se que deverá ser muito abordado para que possamos fornecer informações mais concretas e auxiliar com mais eficiência no treinamento de jovens atletas.

Palavras-chave: Ginástica rítmica, especialização precoce, iniciação esportiva, esporte de alta *performance*.

¹Acadêmico do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário Assis Gurgacz (FAG)

²Doutor em Saúde da Criança e do Adolescente pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) e Docente do Centro Universitário Assis Gurgacz (FAG).

EARLY SPORTS SPECIALIZATION IN RHYTHMIC GYMNASTICS: A CONCEPTUAL REVIEW

Matthaus Sackser NEIVERTH¹
Guilherme Oliveira da SILVA¹
Everton Paulo ROMAN³
msneiverth@minha.fag.edu.br
gosilva3@minha.fag.edu.br

SUMMARY

Introduction: Rhythmic gymnastics has been increasingly appreciated by athletes involved in high-performance competitions. **Objective:** Increase discussion about early insertion in sports specialization like rhythmic gymnastics within a conceptual review. **Methodology:** Bibliographic review research and analysis of relevant studies on the topic in scientific databases, such as PubMed and Google Scholar. **Results:** Early specialization is a very delicate subject to appoint as it has positive and negative aspects that must be considered. It is important to highlight that due to this modality, there are elite athletes. In this context, the training process plays a fundamental role and must be applied by suitably qualified professionals. **Final considerations:** Early specialization in gymnastics is a topic that should be discussed by a multidisciplinary team. It must be approached broadly so that it is possible to provide more concrete information and assist more efficiently in the training of young athletes.

Keywords: Rhythmic gymnastics, early specialization, sports initiation, high performance sport

¹Student of the Bachelor's Physical Education Course at the University Center Assis Gurgacz (FAG)

²PhD in Child and Adolescent Health from the State University of Campinas (UNICAMP) and Professor at the University Center Assis Gurgacz (FAG).

1 INTRODUÇÃO

Muito se discute sobre a importância de especialização esportiva precoce em diversos esportes com foco no alto rendimento, porém dois grandes pontos devem ser postos em questão sobre esse assunto. Sem a especialização precoce muito provavelmente o número de atletas de elite cairia drasticamente pois esse é um passo fundamental para o início de sua carreira.

Segundo Tsukamoto e Nunomura (2005, p.161), “a iniciação é o primeiro passo na formação esportiva, em que se procura ensinar os aspectos básicos de uma ou mais modalidades e promover as primeiras adaptações no indivíduo para que ele possa responder aos novos estímulos”. Pode ocorrer em qualquer fase do desenvolvimento na infância, desde que as características motoras, cognitivas, afetivas e sociais sejam respeitadas em situações pedagogicamente adequadas. Ainda mais relevante para o conceito de especialização precoce, Ericsson *et al.*, (1993), sugeriram quanto mais cedo alguém iniciasse a prática deliberada, mais cedo atingiria um alto nível de desempenho e aqueles que iniciassem a prática deliberada mais tarde não seriam capazes de alcançar o mesmo nível de desempenho que seus pares iniciais anteriores.

Porém, Caçola (2007), relata que a especialização precoce também pode apresentar riscos se mal aplicada ou desenvolvida. Existe uma discussão em torno da especialização precoce na ginástica rítmica que tem sido motivada por preocupações com os riscos associados à prática intensiva e precoce de uma única modalidade esportiva, incluindo riscos para o desenvolvimento físico, emocional e social das crianças. Além disso, há uma crescente conscientização sobre a importância de um desenvolvimento integral para as crianças, incluindo aspectos cognitivos, sociais e emocionais por isso deve-se assegurar a devida preparação do treinador quando se trata da passagem de conhecimento e também que a especialização seja balanceada com a vida particular do atleta.

Além disso, torna-se importante salientar que exista um equilíbrio entre a prática da ginástica rítmica e outras atividades físicas e sociais, de modo a oferecer às crianças uma variedade de experiências e oportunidades para o desenvolvimento integral. Nesse sentido, é fundamental que os treinadores e profissionais envolvidos na formação de ginastas rítmicas tenham uma abordagem pedagógica adequada, que promova a aprendizagem lúdica e criativa, propicie experiências variadas e incentive o desenvolvimento da autonomia e da autodeterminação (REIS, 2022).

A motivação para a realização dessa pesquisa é devido ao fato de que a ginástica rítmica é um esporte que se deve iniciar muito cedo e é altamente competitivo. É sabido que os atletas geralmente começam a competir em níveis regionais e nacionais durante a adolescência que exigem grande *performance* competitiva. Sendo assim, se um atleta não começar a praticar ginástica desde cedo, pode não ter tempo suficiente para desenvolver as habilidades necessárias para competir em níveis mais altos.

Justifica-se também pelo fato de se abrir novas discussões sobre a especialização esportiva com os profissionais que atuam no esporte não somente nessa modalidade. Torna-se importante discutir todos os aspectos que envolvem crianças da iniciação até o nível mais elevado de competição, cabendo aos profissionais que atuam na linha de frente com o treinamento do jovem atleta e os pais melhor conhecer e interpretar riscos e benefícios, para que a decisão no estágio atual não possa comprometer outras questões no futuro dessa criança.

De acordo com os fatos expostos anteriormente e sabendo da relevância desse estudo para todos os profissionais de Educação Física, principalmente aqueles que atuam com o esporte de formação, o objetivo dessa pesquisa foi ampliar a discussão sobre especialização esportiva precoce na ginástica rítmica dentro de uma revisão conceitual.

2 MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, uma vez que o trabalho foi realizado por meio de uma pesquisa/análise de artigos científicos, sites, revistas, e reportagens sobre a especialização esportiva precoce com foco na Ginástica Rítmica.

De acordo com Fonseca (2002), pesquisa bibliográfica refere-se à prática de investigar e utilizar fontes teóricas que foram previamente examinadas e publicadas em formatos como livros, artigos científicos e páginas da web. É uma etapa fundamental em qualquer empreendimento científico, uma vez que permite ao pesquisador familiarizar-se com o que já foi estudado sobre um determinado tópico. Algumas pesquisas científicas se concentram exclusivamente na pesquisa bibliográfica, visando identificar e coletar informações ou conhecimentos pré-existentes relacionados ao problema que está sendo investigado. Em essência, a pesquisa bibliográfica serve como uma base de conhecimento a partir da qual novas pesquisas podem se desenvolver.

Nesse sentido, devemos exaltar a suma importância da pesquisa, pois como cita Boccato (2006), uma abordagem de pesquisa desse tipo envolve a investigação e a análise de uma hipótese, utilizando os conhecimentos já publicados em teorias científicas. Isso implica examinar e debater as diversas contribuições acadêmicas disponíveis. Essa modalidade de pesquisa contribui para ampliar o entendimento do que foi estudado, como foi abordado e sob quais perspectivas na literatura científica.

No entanto, é imprescindível que o pesquisador realize um planejamento metódico e bem estruturado, que inclui desde a definição do tópico de pesquisa, a construção lógica do trabalho, até a escolha da maneira de apresentar e divulgar os resultados da pesquisa.

A pesquisa desse artigo foi realizada através de uma revisão de literatura com fontes de dados científicos como PubMed e Google Acadêmico, trazendo resultados qualitativos dos pontos positivos e negativos sobre especialização esportiva precoce.

O critério utilizado para selecionar conteúdos para a realização deste estudo foram de referências escritas em língua portuguesa e inglesa. Ao todo, foram utilizadas 32 referências do ano de 1987 até 2023.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A iniciação esportiva precoce pode ser definida como a prática esportiva que se inicia antes da puberdade, caracterizada por um alto nível de dedicação aos treinamentos, que frequentemente ultrapassam 10 horas por semana, e tem como principal objetivo a competição. (PERSONNE, 1987). Já para Kunz (1994), quando se trata de treinamento especializado precoce, relata como a introdução de crianças a um programa de treinamento planejado e de longo prazo antes da puberdade, com um mínimo de três sessões de treinamento por semana, visando ao progressivo aprimoramento do desempenho e à participação regular em competições.

Reafirmando o parágrafo anterior, Nunomura e Tsukamoto (2003), alegam que a especialização esportiva precoce é um fenômeno que se dá com muita regularidade em alguns países, principalmente em certas modalidades específicas. No Brasil, o futsal e a ginástica artística são modalidades que costumam envolver crianças com pouca idade em treinamento. No caso da Ginástica Artística, há algum tempo, passou-se a acreditar que jovens ginastas que quisessem atingir uma *performance* “perfeita” deveriam começar muito cedo nessa carreira. O

que se via no mundo eram crianças ainda muito jovens, que iniciavam uma rotina árdua de treinamento.

Um fator que contribui para a má compreensão da especialização precoce e possíveis consequências negativas é a falta de uma definição clara e consistente de especialização. Existe uma discussão em torno da especialização precoce na ginástica rítmica que tem sido motivada por preocupações com os riscos associados à prática intensiva e precoce de uma única modalidade esportiva, incluindo riscos para o desenvolvimento físico, emocional e social das crianças (CAÇOLA, 2007).

O autor anteriormente citado relata ainda que a especialização precoce pode ter um impacto negativo na aprendizagem da ginástica rítmica. As crianças podem ficar sobrecarregadas com a pressão de executar movimentos técnicos complexos e perder a motivação para continuar praticando a modalidade. Além disso, a especialização precoce pode aumentar as chances de desistência e abandono da ginástica rítmica.

Segundo Voser (2007), e Dondoni e Perini (2014), a prática intensa de um esporte competitivo ocasiona uma especialização precoce e traz possíveis riscos em quatro grandes áreas que são riscos de tipo físico, psicológicos, motrizes e riscos de tipo esportivo.

Ainda em relação a essa informação, Caçola (2007), complementa que a especialização precoce também pode apresentar riscos se mal aplicada ou desenvolvida. Nesta mesma linha de raciocínio, Jayanthi *et al.*, (2017), relataram que atletas especializados, têm risco adicional de sofrer lesões por uso excessivo e graves, e que a própria especialização é um fator de risco independente para tal lesão.

Os pesquisadores acreditam que quando se tem a prática excessiva de apenas uma modalidade esportiva, se for má conduzida, os riscos de lesões que podem ocorrer com esse atleta aumentam ainda mais, normalmente por treinamentos intensos e repetitivos, aumentando assim a sobrecarga nas articulações tanto de membros superiores, quanto inferiores.

Dando mais ênfase nesta questão da especialização esportiva precoce e embasamento a informação citada no parágrafo anterior, Hall *et al.*, (2015), citam que atletas de um único esporte tiveram uma taxa aumentada de dor anterior no joelho em comparação com atletas poliesportivas. Assim, esses estudos sugerem que a especialização esportiva precoce pode aumentar o risco de lesões em atletas jovens.

Nesta mesma linha de raciocínio, Zangotti (2017), relata que a especialização esportiva precoce pode acarretar diversas lesões ósseas, articulares, musculares e/ou cardíacas. Sendo assim, pesquisas realizadas apresentam riscos à saúde desses “jovens atletas”, pois pesquisas sugerem que a especialização precoce pode não beneficiar as crianças, e sim, em muitos casos,

prejudica-las, provocando uma série de riscos físicos para o praticante de modalidades esportivas.

Ainda em relação aos danos causados, Nunes, Moraes e Marchi Junior (2021), alertam que a especialização precoce na ginástica rítmica pode ter consequências negativas para o desenvolvimento físico e psicológico das crianças. Sabe-se que a prática intensiva de uma única modalidade esportiva pode aumentar o risco de lesões, além de afetar negativamente a autoestima e o equilíbrio emocional das crianças. Além disso, a especialização precoce pode limitar a variedade de experiências esportivas e culturais que as crianças têm acesso.

Além desses riscos físicos citados anteriormente, a especialização esportiva precoce também é perigosa pois pode apresentar alguns transtornos psicológicos, ocasionando em alguns momentos complicações a socialização da criança. Dentro desse contexto, no ponto de vista psicológico, a especialização precoce pode trazer consequências negativas para a autoestima e motivação da criança. Ainda, pode afetar de forma negativa o desenvolvimento social e emocional, tornando as crianças mais propensas a problemas de ansiedade e depressão (REIS, 2022).

Segundo ainda nessa mesma linha de raciocínio, Furtado (2020), aponta que a especialização precoce na ginástica rítmica pode ter consequências negativas para o desenvolvimento físico, emocional e social das crianças. É importante que pais e profissionais envolvidos na formação de ginastas rítmicas considerem cuidadosamente as implicações dessa abordagem, bem como as alternativas disponíveis para promover o desenvolvimento integral das crianças.

Além disso, como foi citado por Nascimento e Fernandes (2023), as consequências negativas da especialização esportiva precoce encontradas nas pesquisas podem ser organizadas em quatro grupos: consequências físicas, consequências psicológicas, consequências sociais e consequências esportivas. Todas essas estão relacionadas e ambas podem ocorrer simultaneamente, podendo ocasionar o mal desenvolvimento da criança, prejudicando o desempenho no alto rendimento e posteriormente até mesmo incentivando ao abandono da modalidade.

Segundo Collaço *et al.*, (2004), ao se implantar a ginástica rítmica, seja em colégio, clube ou qualquer outro lugar, é muito importante, desde o começo da aprendizagem, colocar o aparelho nas aulas, pois motivam as crianças, evitando a monotonia, o desinteresse e o desânimo.

Investigações com crianças que abandonaram o um determinado esporte ou substituíram essa modalidade em que competiam pela prática de uma outra qualquer, indicam que a “falta de prazer” foi a principal razão para tal decisão (BAKER, 2003).

Nesse sentido, há de se destacar também a existência de consequências fisiológicas, uma vez que o treinamento excessivo em períodos fundamentais de desenvolvimento biológico (como é o caso da infância e adolescência) pode ter um custo muito alto. Isso, por exemplo, pode ser observado, na maior vulnerabilidade dos jovens a lesão no joelho em função de micro traumas repetitivos (BAKER, 2003 e BARBANTI, 2005).

No entanto, Kunz (1994) entende que para a maioria dos pesquisadores, os desafios de ordem psicológica são ainda mais preocupantes do que os danos à saúde física. Esses desafios se manifestam de forma evidente e se agravam, especialmente quando o atleta precoce enfrenta desilusões, fracassos ou, às vezes, percebe a falta de aptidão para a modalidade esportiva ou para o próprio esporte em geral. Nessas situações, o atleta precoce pode se sentir isolado do mundo esportivo. Problemas psicológicos desse tipo podem resultar em anos de sofrimento emocional.

Corroborando com a informação do parágrafo anterior, Marques *et al.*, (2014), relatam que a especialização esportiva precoce pode colocar os jovens atletas em situações estressantes, o que vem a favorecer o abandono do esporte.

Nesse sentido, os pesquisadores acreditam que as crianças necessitam das atividades básicas motoras básicas como pular, correr, girar e arremessar, pois espera-se que essas atividades façam parte do seu dia a dia, porém, se a especialização estiver sendo trabalhada, faz com que a criança realize esses movimentos de forma intensa e repetitiva, o que irá possivelmente atrapalhar de alguma forma o seu desenvolvimento.

Ainda no que se refere a especialização precoce na ginástica rítmica e corroborando com o que foi abordado no parágrafo anterior, Furtado (2020), relata que pode ter implicações negativas no desenvolvimento motor das crianças. Em seus estudos ele aponta que quando crianças são submetidas a treinamentos excessivos e repetitivos de movimentos específicos, elas podem perder a oportunidade de desenvolver habilidades motoras gerais e importantes para sua vida futura. Além disso, a especialização precoce pode aumentar o risco de lesões e a sobrecarga física.

Com foco nessa abordagem Nascimento e Fernandes (2023) alertam sobre a importancia de resaltar que o esporte auxilia no desenvolvimento físico das crianças, se for bem aplicado e ensinado de maneira adequada para essa faixa etária. Porém, se houverem excessos e má introdução do mesmo, a prática esportiva pode acabar condenando o desenvolvimento físico e

causando várias consequências negativas, que além dos danos físicos podem causar estagnação motora e o afastamento do esporte.

Como é uma discussão abrangente e delicada, por outro lado, existem apontamentos na literatura de que a especialização precoce também possui lados positivos, pois com ela a criança tem mais chance de se tornar bem sucedida e seguir uma grande carreira dentro do esporte.

Conforme Massa e Ré (2006), Ré e Barbanti (2006), para o desenvolvimento das capacidades coordenativas devem-se oferecer estímulos adequados, integrados com os mecanismos de percepção e tomada de decisão, no sentido de estimular, indiretamente, o desenvolvimento das capacidades condicionais. Para os autores, tal estratégia deve ocupar papel de destaque durante o processo de formação esportiva na infância, favorecendo, assim, a geração de jovens atletas com um ótimo acervo motor e condições repletas para o desenvolvimento de capacidades condicionais e habilidades motoras específicas da modalidade que pretendem se desenvolver.

Nesse sentido, o professor deve estimular e desenvolver as habilidades motoras, como mostra Holderbaum (2012), quando explica que o domínio das habilidades motoras fundamentais é básico para o desenvolvimento motor de crianças.

Em relação a isso, sabe-se que o trabalho realizado com crianças deve ter a adaptação adequada para ela, considerando seu desenvolvimento, além de respeitar também os seus interesses (ZAKHAROV, 1992).

Dentro dessa linha de raciocínio, Junior *et al.*, (2020), descrevem que a prática regular da ginástica rítmica pode melhorar a coordenação motora das crianças e ajudá-las a desenvolver habilidades específicas, como equilíbrio, flexibilidade, força e precisão.

Seguindo dentro da mesma percepção em relação a prática esportiva precoce, Oliveira e Nunomura (2023), relatam que a especialização precoce pode permitir que as crianças se destaquem em uma determinada modalidade esportiva e alcancem uma carreira bem-sucedida no futuro.

Benites e Machado (2007), relatam que o treinamento precoce pode melhorar a autoestima, a segurança e a sociabilidade, acreditando que os exercícios físicos e o esporte são de fundamental importância para um bom desenvolvimento físico, psíquico e social da criança.

Para termos uma ideia da complexidade da discussão em relação ao assunto, a Fédération Internationale de Médecine Sportiva (1997), afirmou que o esporte de competição deve ser considerado de forma positiva, uma vez que proporciona um desenvolvimento físico, emocional e intelectual da criança e do adolescente, além de afirmar que a experiência no esporte pode desenvolver a autoconfiança e estimular o comportamento social. No entanto, os

próprios membros entram em contradição quando afirmam que o treinamento intensificado com o objetivo de atingir desempenho de alto nível não tem justificativa fisiológica nem educacional, ao contrário, leva frequentemente a um estresse físico e mental durante o treinamento e a competição.

Seguindo nessa linha de raciocínio, Filgueira (2005), cita que “as cobranças podem ser internas e externas. As primeiras dizem respeito à cobrança do próprio indivíduo sobre o seu desempenho (autocobrança), e as cobranças externas são as dos pais, dos professores e da torcida”.

Em relação aos aspectos que foram abordados, independente da modalidade que a criança vivencia, sabe-se que o esporte ou a prática esportiva nas categorias de iniciação é muito mais do que competir, do que ganhar ou perder, é ter motivação, é viver momentos, fazer amigos, além de desenvolver o físico e o bem-estar (UNIVERSIDADE DO FUTEBOL, 2013).

Weineck (1991), diz que na idade dos 09 aos 12 anos, a criança se encontra na primeira infância escolar (09 anos) e posteriormente, na infância escolar mais tardia (10/11 e 12 anos). Este é o melhor período para a absorção das informações de aprendizagem de movimentos esportivos, porém, sem ter que propor a formação específica deles, é momento de a criança vivenciar na plenitude o máximo possível de esportes e suas características/fundamentos.

Podemos exemplificar o parágrafo anterior com a afirmação de Bojikian (2002), onde diz que, no vôlei, a solução das situações-problema do jogo depende fundamentalmente das capacidades coordenativas. Estas possuem o seu período sensível antes da puberdade, portanto os bons atletas tiveram uma grande (em quantidade e qualidade) experiência motora até a pré-adolescência.

Ainda no contexto do voleibol, sobre a questão das capacidades, ocorre na defesa de uma cortada: é mais fácil o defensor chegar à bola olhando o comportamento do atacante do que esperar a identificação da trajetória da bola e ir para o melhor local de recepção. Porém, no voleibol infantil as “cortadas” não exigem antecipação e essa capacidade teria que ser treinada de outras formas, como por exemplo, em outras modalidades que exijam a antecipação desde a infância, ou mesmo em brincadeiras que foquem isso.

Finalizando, gostaríamos de deixar registrado que algumas dificuldades foram encontradas para que esse trabalho fosse realizado, dentre elas podemos citar: poucas informações científicas para melhor esclarecer as questões que envolvem a questão da especialização esportiva precoce não somente na ginástica rítmica, mas também nas demais modalidades esportivas e poucos *cases* relatando a questão da iniciação precoce na ginástica rítmica.

Os pesquisadores sugerem que um maior número de pesquisas seja realizado sobre esse assunto tão importante. Nesse sentido, cabe ressaltar a importância de os pais saberem quem são as pessoas que estão trabalhando com suas filhas, qual a metodologia de trabalho e o nível de conhecimento desses profissionais em relação ao treinamento esportivo nas idades iniciais.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A especialização esportiva precoce na ginástica rítmica apresenta diversos pontos negativos, incluindo um maior risco de lesões devido ao treinamento intenso em idades jovens, estresse físico e mental, limitação na diversificação de experiências esportivas, menos tempo para a educação formal, isolamento social devido à carga horária intensiva, pressão dos pais e treinadores, potenciais efeitos psicológicos negativos, alta taxa de abandono, perda de motivação intrínseca e incerteza quanto ao futuro. Portanto, a decisão de adotar a especialização precoce deve ser cuidadosamente ponderada, levando em consideração o envolvimento dos pais, treinadores e atletas no processo de tomada de decisão.

Por outro lado, a especialização esportiva precoce na ginástica rítmica pode oferecer benefícios como o desenvolvimento precoce de habilidades técnicas, a experiência competitiva desde a tenra idade, a construção de disciplina e foco, o potencial para sucesso a longo prazo.

Para garantir que a especialização esportiva precoce na ginástica rítmica não cause malefícios aos atletas, é de fundamental importância que os profissionais que estão planejando os treinamentos adotem abordagens que promovam a diversificação inicial, incluam treinamento multidisciplinar, enfatizem a saúde e o bem-estar, estabeleçam limites de treinamento, priorizem o desenvolvimento de habilidades fundamentais, promovam uma mentalidade de longo prazo, ofereçam apoio psicológico e envolvam os pais de forma ativa. Nesse contexto, evidencia-se também a necessidade do monitoramento médico regular e revisões contínuas das políticas de treinamento que desempenham papéis cruciais na criação de um ambiente esportivo equilibrado e saudável. Dessa forma, a especialização precoce pode coexistir com o bem-estar dos atletas.

O esporte de alto rendimento e a sua crescente visibilidade na mídia têm se tornado cada vez mais precoce ao longo dos anos. Esse fenômeno envolve tanto atletas quanto a indústria esportiva, e possui diversas implicações, tanto positivas quanto negativas. Em primeiro lugar, a precocidade no esporte de alto rendimento refere-se à tendência dos atletas começarem a

treinar e competir em níveis de elite em idades cada vez mais jovens. Isso ocorre em diversas modalidades esportivas. Muitos jovens talentos são identificados e recrutados por clubes e equipes profissionais ainda na infância ou adolescência, o que os coloca em níveis de pressão extremamente elevados para atingir o sucesso esportivo desde cedo.

A mídia desempenha um papel fundamental nesse processo de precocidade. A cobertura esportiva na televisão, internet e redes sociais tornou-se mais abrangente e acessível, proporcionando maior visibilidade para jovens talentos em idades precoces. As histórias de prodígios esportivos frequentemente ganham destaque, criando uma narrativa de que a excelência esportiva deve ser alcançada desde a juventude.

Finalizando, cabe deixar clara a necessidade de todas as etapas de envolvimento da criança, independente da modalidade, ser acompanhada por um profissional de Educação Física e que este saiba respeitar os limites que são inerentes a prática do treinamento esportivo ao jovem atleta para que não sejam cometidos erros que certamente serão traumáticos na vida da criança com desdobramentos severos no estágio atual e principalmente futuro.

REFERÊNCIAS

BAKER, C.J.; ABERNATHY, B. Prática específica do esporte e o desenvolvimento da tomada de decisão especializada em esportes coletivos com bola. **J Appl Sport Psychol.** 2003; 15:12-25.

BARBANTI, V. J. **Formação de Esportistas.** São Paulo: Manole, 2005.

BARBIERI, F.A.; BENITES, L. C.; MACHADO, A. A. **Especialização precoce: Algumas implicações relacionadas ao futebol e futsal. Especialização Esportiva Precoce: Perspectivas Atuais da Psicologia do Esporte.** Jundiaí, SP: Fontoura.

BOCCATO, V. R. C. Metodologia da pesquisa bibliográfica na área odontológica e o artigo científico como forma de comunicação. **Rev. Odontol. Univ. Cidade São Paulo**, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 265-274, 2006.

BOJIKIAN, J.C.M. Vôlei vs. Vôlei. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, 1 (1): 117-124, 2002

CAÇOLA, P. Iniciação Esportiva na Ginástica Rítmica. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, lazer e Dança.** V.2, n.1, p.9 –15, mar.2007.

COLLAÇO, J. T. D. et al.; **Ginástica Rítmica: Modalidade Esportiva Desenvolvida pela Escola Infantil de Esportes da Universidade Federal de Santa Catarina. Congresso Brasileiro de Extensão Universitária.** Belo horizonte. 12/15dez. 2004.

DONDONI, F.; PERINI, M. Desenvolvimento motor em crianças: benefícios e prejuízos da atividade física. **EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 190**, Mar. 2014.

ERICSSON, K.; KRAMPE, R.; TESCH-ROMER, C. (1993). The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. **Psychological Review**, **100(3)**, 363-406.

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE MÉDECINE SPORTIVE • **Rev Bras Med Esporte** **3 (3)**. Set 1997.

FILGUEIRA, F. M. Objetivos dos pais em relação à prática do futebol na iniciação. **Pós-graduação "Lato Sensu" em Futebol - UFV. Apresentado no 3º congresso Científico Latino-Americano de Educação Física – UNIMEP, R. Min. Educ. Fís., Viçosa, v. 13, n. 1, p. 96- 110, 2005.**

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

FURTADO, L. N. R. **Formação esportiva em longo prazo: análise de competições de ginástica rítmica nas categorias de base.** 2020. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

HALL R.; BARBER F.; K.; HEWETT T.; E.; MYER G.; D. Associação da especialização esportiva com risco aumentado de desenvolvimento de dor anterior no joelho em atletas adolescentes do sexo feminino. **J Esporte Reabilitação.** 2015; 24 (1):31–35. doi:10.1123/jsr.2013-0101.

HOLDERBAUM, G. G. Habilidades motoras fundamentais. **Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano Escola de Educação Física Universidade Federal do Rio Grande do Sul**, out. 2012.

JUNIOR, G.; P. et al. **O conteúdo de desenvolvimento motor no planejamento de aulas: Um estudo com professoras de uma escola de ginástica rítmica de Florianópolis.** 2020.

KUNZ, E. As dimensões inumanas do esporte de rendimento. **Revista Movimento, v. 1, n. 1, p. 12-28**, 1994.

MARQUES, R.; F.; R. et al. Formação de jogadores profissionais de voleibol: relações entre atletas de elite e a especialização precoce. **Revista brasileira de educação física e esporte.** v. 28, n. 2, p. 293-304, abr./jun., 2014.

MASSA, M.; RÉ, A. H. N. **Características de crescimento e desenvolvimento**. In: SILVA, L. R. R. **Desempenho esportivo: treinamento na infância e adolescência**. Phorte Editora, São Paulo, 2006.

NASCIMENTO, K.; M.; L. FERNANDES, D.; T. Especialização esportiva precoce e suas consequências negativas: uma revisão sistemática. **Corpoconsciência**, v. 27, e.14244, p. 1-17, 2023.

NUNES, J.; G. MORAES, L.; C.; L. MARCHI JÚNIOR, W. Um mapeamento de teses e dissertações sobre ginástica rítmica no Brasil. **Revista Motrivivência**, v. 33, p. 1-23, 2021.

NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. A idade e as competições de Ginástica Artística feminina. **Ver Motriz**, Rio Claro, 9, (2), 127 – 128. 2003.

OLIVEIRA, L. NUNOMURA, M. O que ensinar na Ginástica Rítmica? Percepções de treinadoras medalhistas nos campeonatos brasileiros. **Movimento**, v. 28, 2023.

PASULKA J.; JAYANTHI N.; MCCANN A.; DUGAS L.; R.; LABELLA C. Padrões de especialização em vários esportes juvenis e relação com o risco de lesões. **Física Esportiva**. 45(3):344-352, 2017.

PERSONNE, J. **Aucune medeilie ne vau! la santéd'un enfant**. Paris: Denoêl.1987.

RÉ, A. H. N.; BARBANTI, V. J. **Uma visão macroscópica da influência das capacidades motoras no desempenho esportivo**. In: SILVA, L. R. R. **Desempenho esportivo: treinamento na infância e adolescência**. Phorte Editora, São Paulo, 2006.

REIS, G.; C. et al. Estimativa da especialização esportiva precoce em adolescentes de uma cidade brasileira. **Motricidade**, v. 18, n. 2, 2022.

TSUKAMOTO, M.; H. NUNOMURA, M. Iniciação esportiva e infância: um olhar sobre a Ginástica Artística. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. v. 26, n.3, p. 159-173, 2005.

UNIVERSIDADE DO FUTEBOL, **Iniciação esportiva - aspectos positivos e negativos da especialização esportiva precoce no futebol**, 2013

WEINECK, J. Fundamentos Gerais da Biologia do Esporte para Infância e Adolescência; **Biologia do Esporte**; São Paulo: Manole,1991. P. 247-295.

ZAKHAROV, A. **Ciência do treinamento desportivo. Adaptação científica**. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1992.

ZANGOTTI, L.; G. Influência da família na especialização precoce de atletas de alto rendimento. 2017. 28 f. **Trabalho de conclusão de curso (licenciatura - Educação Física)** -

Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Instituto de Biociências (Campus de Rio Claro), 2017.