



**A profissão de treinador de desporto em Portugal
O caso do treinador de atletismo**

João Paulo Ferreira Fontão – N° 33507

Dissertação apresentada com vista à obtenção do 2º ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Gestão do Desporto, de acordo com o Diário da República, Aviso nº 10824/2014 (2ª série), N° 186 de 26 de setembro de 2014.

Orientador: Professor Doutor Pedro Guedes de Carvalho

Coorientador: Professor Doutor João Carlos Oliveira

Outubro de 2019

DEDICATÓRIA

Aos meus pais, por todo o apoio incondicional e por todo o esforço que tiveram para me proporcionar a melhor educação e formação possível.

AGRADECIMENTOS

O trabalho a seguir apresentado é o resultado de muitas horas de dedicação e trabalho por mim despendidas, no entanto, foi o apoio de muitas outras pessoas que tornou possível a sua meritória conclusão. A todas elas endereço o meu mais sincero agradecimento.

À minha família, por sempre acreditarem em mim e por todo o apoio incondicional que sempre me deram em todas as etapas da minha vida.

À Patrícia, pelo exemplo de força e coragem que a caracterizam, por toda a paciência que teve comigo nesta fase das nossas vidas e pela presença em todos os momentos, fossem eles bons ou menos bons.

Ao meu orientador, Professor Pedro Guedes de Carvalho, pela forma como me encaminhou, especialmente na fase inicial do estudo, ajudando-me a encontrar o rumo certo a seguir, entre tantas incertezas.

Ao meu coorientador, Professor João Carlos Oliveira, por todos os reparos e sugestões de melhoria identificados e por toda a colaboração que dispensou ao meu trabalho.

À Associação de Atletismo de Braga, por toda a colaboração prestada, tanto no levantamento de dados estatísticos acerca da modalidade, como na aplicação dos questionários aos treinadores de atletismo de Portugal.

À Federação Portuguesa de Atletismo, pela colaboração prestada no fornecimento de informações relevantes para o estudo.

A PROFISSÃO DE TREINADOR DE DESPORTO EM PORTUGAL

O CASO DO TREINADOR DE ATLETISMO

RESUMO

O treinador de desporto tem um grande impacto não só no desenvolvimento desportivo de um atleta, como também na sua formação e educação enquanto pessoa e cidadão. Este papel torna-se fundamental para o desenvolvimento de pessoas, para o desenvolvimento de clubes, das suas zonas de influência e do desporto em geral. No entanto, ao papel desempenhado pelo treinador de desporto nem sempre é dado o devido valor, levando estes profissionais a trabalhar em condições pouco favoráveis ou recompensadoras. O grande objetivo deste estudo é contribuir para o conhecimento mais sistematizado sobre as condições de trabalho dos treinadores desportivos, em particular os treinadores de atletismo em Portugal. A amostra deste estudo é constituída por 52 treinadores de atletismo com Título Profissional de Treinador de Desporto e que estavam em exercício da atividade no momento do estudo. O instrumento de recolha de dados utilizado foi o questionário. A análise dos resultados sugere que 92% dos treinadores de atletismo exerce a profissão como atividade secundária e que 69% considera não possuir o tempo necessário para dedicar ao processo de treino. Verificamos também que 85% dos treinadores de atletismo não possui contrato de trabalho e que 37% trabalha sem receber qualquer remuneração. Desta forma, consideramos que, com vista à melhoria das condições de trabalho destes profissionais, as organizações representantes dos treinadores em Portugal, como a Confederação Portuguesa das Associações de Treinadores, a Associação de Treinadores de Atletismo de Portugal e outros organismos de direito, devem exercer uma maior influência junto das diversas entidades que regulam o desporto e as condições laborais dos seus profissionais.

Palavras-chave: Desporto, Treinadores de desporto, Condições de trabalho, Atletismo

ABSTRACT

The sports coach has a great impact not only on an athlete's sports development, but also on their training and education as a person and citizen. This role becomes crucial for the development of people, the development of clubs, their areas of influence and sport in general. However, sometimes the role of sports coaches is not valued, leading these professionals to work in unfavorable or rewarding conditions. The main objective of this study is to contribute to the more systematized knowledge about the working conditions of sports coaches, particularly athletics coaches in Portugal. The sample of this study consisted of 52 Athletics Coaches with Professional Title of Sports Coach and who were in activity at the time of the study. The data collection instrument used was the questionnaire. The analysis of the results suggests that 92% of the athletics coaches exercises the profession as a secondary activity and that 69% consider not having the necessary time to dedicate to the training process. We also found that 85% of athletics coaches do not have a work contract and 37% work without any compensation. Therefore, we believe that, in order to improve the working conditions of these professionals, the organizations representing coaches in Portugal, such as the Confederação Portuguesa das Associações de Treinadores, the Associação de Treinadores de Atletismo de Portugal and other legal bodies, should exercise greater influence with the various bodies that regulate the sport and working conditions of their professionals.

Key words: Sport, Sport coaches, Working conditions, Athletics

INDICE GERAL

DEDICATÓRIA.....	iii
AGRADECIMENTOS.....	v
RESUMO	vii
ABSTRACT	ix
INDICE GERAL.....	xi
INDICE FIGURAS	xiii
INDICE TABELAS	xv
SIGLAS E ABREVIATURAS.....	xvi
INTRODUÇÃO	1
PERTINÊNCIA DO ESTUDO	3
OBJETIVOS.....	4
ORGANIZAÇÃO DO ESTUDO	6
CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	7
1.1.O DESPORTO.....	9
1.1.1. Conceito	9
1.1.2. Importância social	9
1.2.O TREINADOR DE DESPORTO	11
1.2.1. O papel	11
1.2.2. A formação.....	14
1.2.3. A profissão	17
1.3.O TREINADOR DE ATLETISMO	19
1.4.ASSOCIAÇÃO DE TREINADORES DE ATLETISMO DE PORTUGAL.....	23
1.5.CONFEDERAÇÃO PORTUGUESA DAS ASSOCIAÇÕES DE TREINADORES	23

CAPÍTULO II – METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO	25
2.1. METODOLOGIA.....	27
2.2. INSTRUMENTO DE RECOLHA DE DADOS	27
2.3. POPULAÇÃO	28
2.4. AMOSTRA.....	29
2.5. PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS	29
CAPÍTULO III – APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	31
3.1. ANÁLISE DE DADOS	33
CAPÍTULO IV – CONCLUSÃO	59
4.1. PRINCIPAIS CONCLUSÕES	61
4.2. PROPOSTAS E RECOMENDAÇÕES.....	64
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	67
FONTES.....	69
SÍTIOS CONSULTADOS NA INTERNET	70
ANEXOS.....	71

INDICE DE FIGURAS

FIGURA 1: Evolução do número de treinadores em Portugal.....	17
FIGURA 2: Evolução do número de treinadores de atletismo em Portugal	22
FIGURA 3: Idade	33
FIGURA 4: Género	33
FIGURA 5: Nível dos treinadores enquanto atletas.....	34
FIGURA 6: Âmbito da atividade do treinador de atletismo	35
FIGURA 7: Grau de formação	35
FIGURA 8: Ano da obtenção do último grau	36
FIGURA 9: Acesso ao Grau I.....	37
FIGURA 10: Acesso ao Grau II.....	37
FIGURA 11: Acesso ao Grau III.....	37
FIGURA 12: Setores em que o treinador trabalhou	39
FIGURA 13: O principal setor / vertente	39
FIGURA 14: Nível desportivo - Benjamins, Infantis e Iniciados	40
FIGURA 15: Nível desportivo – Juvenis e Juniores	41
FIGURA 16: Nível desportivo – Sub-23 e Seniores	41
FIGURA 17: Nível desportivo – Atletismo Adaptado.....	41
FIGURA 18: Horas por semana em tarefas de planificação e programação de treino	42
FIGURA 19: Horas por semana em tarefas de monitorização e controlo de treino.....	42
FIGURA 20: Horas por semana em outras tarefas.....	43
FIGURA 21: Se o tempo disponível é o ideal.....	44
FIGURA 22: Horas adicionais em tarefas de planificação e programação do treino	45
FIGURA 23: Horas adicionais em tarefas de monitorização e controlo de treino.....	45
FIGURA 24: Horas adicionais em outras tarefas.....	45

FIGURA 25: Situação profissional	46
FIGURA 26: Nível de apoio do empregador na atividade de treinador.....	47
FIGURA 27: Se tem contrato de trabalho	48
FIGURA 28: Se recebe salário ou subsídio regular	48
FIGURA 29: Proveniência do salário ou subsídio regular.....	49
FIGURA 30: Se o salário ou subsídio regular é suficiente	49
FIGURA 31: Se recebe apoio não financeiro	51
FIGURA 32: Tipo de apoio não financeiro.....	51
FIGURA 33: Se os apoios não financeiros são suficientes	51
FIGURA 34: Montante de rendimento anual com as atividades de treinador	52
FIGURA 35: Gastos com a atividade de treinador	53
FIGURA 36: Rendimento bruto anual	53
FIGURA 37: Presença em momentos de formação	54
FIGURA 38: Se se organizam momento de atualização / formação suficientes	55
FIGURA 39: Se é adequada a forma como os treinadores são informados acerca de investigação.....	56

INDICE DE TABELAS

TABELA 1: Carga horária dos cursos de formação de treinadores	16
TABELA 2: Medalhas olímpicas portuguesas por modalidade	20
TABELA 3: Longevidade da atividade de treinador	38
TABELA 4: Experiência dos treinadores pelos escalões etários	40

SIGLAS E ABREVIATURAS

ATAP – Associação de Treinadores de Atletismo em Portugal

CED – Carta Europeia do Desporto

COP – Comitê Olímpico de Portugal

CND – Conselho Nacional do Desporto

FPA – Federação Portuguesa de Atletismo

ICCE – International Council for Coaching Excellence

IPDJ, I.P. – Instituto Português do Desporto e da Juventude, I.P.

LBAFD – Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto

PNFTD – Plano Nacional de Formação de Treinadores de Desporto

RVCCP – Reconhecimento, validação e certificação de competências profissionais

SEJD – Secretaria de Estado da Juventude e do Desporto

TPTD – Título Profissional de Treinador do Desporto

INTRODUÇÃO

O treinador de desporto apresenta-se, nos tempos modernos, com um enorme impacto nas relações públicas e, simultaneamente, extremamente sobrecarregado com as inerentes responsabilidades sócio desportivas contidas no seu exemplo, serenidade e respetivo conteúdo das opiniões que emite (Araújo, 1998). Está, por isso, a influência do treinador fortemente vincada na sociedade, na medida em que é no processo de treino, sobretudo em camadas de atletas mais jovens, que são transmitidos e aprendidos comportamentos, atitudes e valores, que os atletas levarão para a vida enquanto cidadãos. Frias (2000) refere que estes profissionais são agentes diretos na influência que exercem sobre a qualidade de experiência desportiva, nomeadamente através da qualidade do seu *feedback*, encorajamento e reforço ao nível das perceções de competência pessoal, reações afetivas e motivação dos seus atletas. O treinador desportivo é um dos principais responsáveis pela educação e formação dos atletas, papel fundamental para que estes se desenvolvam, e pelo desenvolvimento dos clubes, das suas zonas de influência e do desporto em geral.

Não obstante do grau de complexidade associada por si só à sua atividade, o treinador desportivo ainda tem de enfrentar um sem número de dificuldades, no que toca às suas condições de trabalho. A grande paixão que demonstram ter pela sua atividade, pelo treino e pelas suas modalidades, são reconhecidamente grandes fatores para que estes profissionais continuem em atividade mesmo em contextos em que não é assegurada a sua segurança no trabalho e outras condições básicas. Esta discrepância entre o papel fundamental que o treinador de desporto desempenha e as condições (ou falta delas) a que estes profissionais possam estar sujeitos, leva-nos a questionar se o papel do treinador desportivo está a ser devidamente reconhecido e proporcionalmente recompensado:

- Será que o papel do treinador é devidamente reconhecido pelos seus clubes, associações, federações, país e sociedade em geral?
- Será que são proporcionadas as condições suficientes para o exercício adequado das suas funções em Portugal?
- Será possível uma melhoria destas condições, de forma a protegermos o papel fundamental do treinador, de forma a serem criadas condições para uma melhor intervenção destes profissionais, de forma a melhorar o desporto em Portugal e respetivos resultados desportivos?

Este estudo incidirá sobre esta problemática, com a grande finalidade de contribuir para o conhecimento mais sistematizado sobre as condições de trabalho dos treinadores desportivos das modalidades “ditas” amadoras, em Portugal. No entanto, dada a complexidade e singularidade de cada uma das modalidades desportivas, consideramos que seria necessário o estudo individualizado de cada uma delas. Não havendo os recursos necessários para que fossem estudadas todas elas, optamos por escolher uma. Desta forma, consideramos que seria possível chegarmos a conclusões válidas relativamente a uma classe de treinadores específica, mas que de certa forma, possa demonstrar um pouco a realidade da generalidade dos treinadores de desporto das modalidades amadoras em Portugal. Optamos, portanto, em fazer uma aplicação prática desta investigação, ao estudo das condições de trabalho dos treinadores de atletismo em Portugal.

O estudo procurará reunir o conhecimento detalhado sobre a realidade da prática profissional dos treinadores de atletismo, permitindo assim, melhor sustentar a defesa das nossas propostas, com vista à melhoria das condições de trabalho destes profissionais, reforçando a sua intervenção e melhorando o desempenho das organizações que representam, em prol de um melhor atletismo português. Constitui ainda uma oportunidade para organizações representantes dos treinadores em geral, como a Confederação Portuguesa de Associações de Treinadores, ou dos treinadores de atletismo em específico, como a Associação de Treinadores de Atletismo de Portugal (ATAP), e outros organismos de direito que exerçam a sua influência junto das diversas entidades que regulam o atletismo, enquadram e organizam este desporto, nas suas mais diversas vertentes.

PERTINÊNCIA DO ESTUDO

Está presente no Decreto-Lei nº 407/99 de 15 de outubro que é unanimemente reconhecido que um dos principais fatores de desenvolvimento do desporto é a qualidade dos recursos humanos que evoluem no seu seio, nomeadamente os treinadores desportivos. Os treinadores, enquanto agentes centrais no processo de desenvolvimento desportivo, desempenham um papel fundamental na transmissão de valores éticos a todos os que com eles se relacionam, em particular os seus praticantes (Rosa, 2014). É, portanto, fundamental que estes profissionais possam exercer a sua atividade de forma apoiada e segura, em prol de um melhor desporto e de uma melhor potencialização de tudo aquilo de bom que o desporto possa proporcionar à sociedade. Para tal, é necessário reconhecer que o treinador de desporto é um profissional como todos os outros e que, por via disso, deverá poder exercer a sua profissão no devido enquadramento legal e contratual.

Nos últimos anos, a crescente exigência dos clubes, dos pais e da sociedade em geral sobre os resultados desportivos e sobre os benefícios aliados ao desporto, levou a uma igual crescente necessidade de procura de conhecimento e competência na área do treino. Esta necessidade de formação levou a que o treinador fosse obrigado a obter o Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD) para exercer o cargo, que por sua vez, contribuiu para que a atividade de treinar começasse a ser vista como uma profissão, deixando para trás a ideia de que a arte de treinar fosse apenas um *hobby* ou um complemento à sua atividade profissional. Contudo, os crescentes deveres acarretados a estes profissionais não foram, na maior parte dos casos, acompanhados por um crescente cuidado com as condições em que os treinados exercem a sua atividade profissional.

Sendo o treinador a figura central do processo de treino (Raposo, 2018), tentaremos averiguar **até que ponto estes profissionais sentem que possuem as condições de trabalho necessárias para potenciar a sua atividade**. No estudo em questão abordaremos o caso prático dos treinadores de Atletismo em Portugal

OBJETIVOS DO ESTUDO

Face ao exposto anteriormente e com vista a alcançar os intentos do estudo, definimos como seus principais objetivos gerais, os seguintes:

- Caraterizar o papel do treinador de desporto na sociedade;
- Caraterizar o treinador português das modalidades amadoras;
- Perceber a importância do treinador no desenvolvimento das modalidades amadoras em Portugal;
- Perceber a situação e o contexto em que trabalha o treinador das modalidades amadoras, em Portugal;

De uma forma mais específica, e no contexto particular do atletismo, temos com objetivos:

- Caraterizar a prática profissional do treinador de atletismo;
- Perceber em que condições trabalha o treinador de atletismo em Portugal;
- Perceber se são disponibilizadas as condições necessárias ao treinador de atletismo para exercer adequadamente a sua atividade;

Alcançando os objetivos propostos, estaremos em condições de atingir a grande meta do estudo, que consiste em:

- **Propor medidas que visam a melhoria das condições de trabalho dos treinadores das modalidades amadoras em Portugal;**

Posto isto, definimos também um conjunto de hipóteses iniciais, que nortearão a pesquisa, e critérios de aceitação e rejeição (valor de corte) dessas hipóteses, as quais procuraremos averiguar a sua veracidade, sendo elas:

H1: Os treinadores de atletismo, em Portugal, têm a perceção que não possuem o tempo necessário para se dedicarem ao processo de treino.

H₀: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que têm a perceção que possuem o tempo necessário para se dedicarem ao processo de treino **é igual** à proporção de treinadores que têm a perceção de não possuir o tempo necessário.

H₁: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que têm a perceção que possuem o tempo necessário para se dedicarem ao processo de treino **é diferente** à proporção de treinadores que têm a perceção de não possuir o tempo necessário.

H2: Os treinadores de atletismo, em Portugal, exercem a profissão como atividade secundária.

H₀: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão como atividade principal **é igual** à proporção de treinadores que exerce a profissão como atividade secundária

H₁: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão como atividade principal **é diferente** à proporção de treinadores que exerce a profissão como atividade secundária.

H3: Os treinadores de atletismo, em Portugal, exercem a profissão sem contrato de trabalho.

H₀: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão com contrato de trabalho **é igual** à que exerce a profissão sem contrato de trabalho.

H₁: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão com contrato de trabalho **é diferente** à que exerce a profissão sem contrato de trabalho.

H4: Os treinadores de atletismo, em Portugal, trabalham e recebem apoios financeiros que consideram insuficientes para exercerem convenientemente a sua atividade.

H₀: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que trabalha e recebe apoios financeiros que considera suficientes para exercer convenientemente a sua atividade **é igual** à proporção que considera insuficiente.

H₁: A proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que trabalha e recebe apoios financeiros que considera suficientes para exercer convenientemente a sua atividade **é diferente** à proporção que considera insuficiente.

ORGANIZAÇÃO DO ESTUDO

O presente estudo está dividido em quatro capítulos, que descrevem todas as etapas seguidas ao longo da pesquisa de forma a que os objetivos inerentes ao mesmo possam ser alcançados. Assim, após uma breve introdução, apresentação da problemática em estudo, dos objetivos do mesmo e devida justificação da sua pertinência, passamos ao primeiro capítulo.

Neste capítulo inicial, procuramos enquadrar a temática em estudo, contextualizando-a no país e na modalidade em que a pesquisa foi realizada.

No segundo capítulo, apresentamos a metodologia utilizada na pesquisa, a amostra e as questões a investigar.

No terceiro capítulo, procedemos à análise e discussão dos dados recolhidos, bem como a sua apresentação.

Na quarta e última parte, procedemos à conclusão do trabalho, através da apresentação das principais conclusões derivadas da pesquisa realizada e de algumas propostas e sugestões de medidas, para uma possível ajuda na resolução dos problemas identificados. Neste capítulo, faremos também algumas recomendações para estudos futuros.

Para finalizar o estudo, listamos as referências e todas as informações anexas utilizadas na recolha de dados e das análises estatísticas, que nortearam o presente trabalho.

CAPÍTULO I

ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1. O DESPORTO

1.1.1. CONCEITO

O desporto está definido na Carta Europeia do Desporto (CED) como “todas as formas de atividades físicas que, através de uma participação organizada ou não, têm por objetivo a expressão ou o melhoramento da condição física e psíquica, o desenvolvimento das relações sociais ou a obtenção de resultados na competição a todos os níveis.”¹

A Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto (LBAFD) define que o desporto é um direito de todos, “independentemente da sua ascendência, sexo, raça, etnia, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica, condição social ou orientação sexual.”²

O desporto é constituído por inúmeros agentes dos mais variados organismos que constituem o sistema desportivo, desde clubes, na sua base, até às federações internacionais, no topo, passando pelas associações regionais, federações nacionais e confederações europeias. São assim muitas as redes de organismos que promovem e regulam o desporto, tanto a nível regional, nacional e internacional, fazendo com que este se globalize. Desta forma, o desporto cruza diversas áreas de atividade humana, nomeadamente de carácter profissional, educacional, de lazer ou relativas à saúde das populações (Pires, 1998).

Assim sendo, o desporto é uma atividade que atrai cada vez mais a atenção de todas as ciências que refletem sobre o ser humano, pelo seu carácter dinâmico e indiscutível importância social (Nunes, 2005).

1.1.2. IMPORTÂNCIA SOCIAL

O desporto assume-se como um sistema social de interação de diversos agentes, com diferentes graus de participação e poder, diferentes práticas desportivas, diferentes valores e diferentes

¹ Artigo 2.º, n.º 1, alínea a) da Carta Europeia do Desporto.

² Artigo 2.º, n.º 1 da Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto.

níveis de organização (Marivoet, 2002), pelo que, este continua a ganhar uma grande relevância na sociedade contemporânea. O número de praticantes desportivos é cada vez maior – segundo dados do IPDJ / Pordata, desde a entrada no novo século até ao ano de 2017 este número quase duplicou, passando de 322.761 para 624.001 – a visibilidade nos meios de comunicação e espaço dedicado nos canais de televisão é também cada vez maior, mesmo entre os não praticantes. Por isso, o interesse pelo que se passa no desporto tem vindo a crescer. É de opinião geral que o desporto mobiliza as pessoas e tem uma grande importância na sociedade. “O que mobiliza as pessoas em Portugal? A política? Não! O que mobiliza as pessoas é o desporto”, defende Farromba (2019), elemento da comissão executiva do Comité Olímpico de Portugal (COP). O mesmo autor afirma ainda que “desde sempre que o desporto foi o fator de atração, o ponto de união”, antes de questionar: “Quando vimos o país mobilizado para algo? Nas últimas eleições legislativas ou na medalha de ouro da Rosa Mota em Seul? Nas últimas eleições presidenciais ou na vitória no campeonato da Europa da seleção de Futebol?” (p.1).

Por consequência, pela sua enorme visibilidade e capacidade de movimentar muito dinheiro por todo o mundo, o desporto também se tornou um negócio. Toledo (2006) afirma que o desporto se transformou numa indústria que produz e que presta serviços para diversos consumidores. Esta nova realidade criou novos desafios a todos os agentes desportivos, levando à procura de níveis cada vez mais elevados, quer em torno da sua generalização, como da sua qualidade, pelo que, é obrigatório ter em atenção os anseios dos consumidores, exigindo dos decisores e líderes das organizações uma constante preocupação pela definição e implementação de políticas de desenvolvimento (Sarmiento, Pinto, Costa, & Silva, 2011). O desporto nos dias de hoje é um mercado, disponibilizando diversos produtos aos consumidores, onde se relaciona o desporto, ao *fitness*, à recreação, ao lazer, a atividades, aos bens, serviços, pessoas, lugares ou ideias (Colaço & Fleck, 2009).

Por tudo isto, o desporto assume múltiplas formas e está presente em quase todos os contextos sociais: da escola ao emprego, da juventude à velhice, da recreação à competição, da participação ao espetáculo, do amadorismo ao profissionalismo, da formação à excelência, do gosto ao fanatismo, da saúde à doença. No entanto, em todos estes contextos, o desporto não tem de ser encarado como um fator de desenvolvimento, na procura de uma sociedade mais justa e saudável (Sarmiento, Pinto, Costa, & Silva, 2011). Bento (2007) afirma que:

“Mobilizar para o desporto é acordar e envolver o país com uma causa social e cultural”

(p.5)

Já Farromba (2009) é perentório, ao defender que urge devolver ao desporto a sua real importância e dar-lhe o espaço na sociedade que tem de ter e que, por maioria de razões, merece.

Em suma, o desporto é um contributo permanente, para a promoção da atividade física, que valoriza hábitos de vida saudável e diminui encargos com a Saúde. É um instrumento fundamental de inclusão, seja para cidadãos portadores de deficiência, seja para cidadãos privados de liberdade. É também um espaço privilegiado para libertar os mais jovens de uma dependência excessiva de um mundo digital e, em muitas circunstâncias, é um fator de coesão territorial e social, onde outras instâncias com maior responsabilidade falham (Pereira, 2019).

1.2. O TREINADOR DE DESPORTO

1.2.1. O PAPEL

Sempre que corretamente orientado no plano social e pedagógico, o desporto apresenta-se como um dos principais meios educativos e formativos dos cidadãos, com imprescindíveis contributos no âmbito da promoção da saúde e do rendimento profissional das populações, da formação multilateral da juventude, da melhoria da qualidade de vida, do preenchimento do tempo livre ou como fator de desenvolvimento sócio-cultural e turístico (Araújo, 1998). Para tal, e indo ao encontro do que defende Araújo, para uma correta orientação do desporto, o treinador assume-se como um dos agentes responsáveis e, portanto, uma peça chave na difusão de tudo aquilo que o desporto pode pôr ao dispor da comunidade. Assim as funções desempenhadas pelos treinadores têm um inequívoco impacto nas pessoas que treinam, na sociedade, nas atividades económicas e no mundo do desporto em geral (Raposo, 2018). Ferreira (2019) afirma mesmo que:

“O treinador, é antes de tudo, e em qualquer contexto, mesmo o da equipa profissional que se encontra “a top” do ponto de vista competitivo, um condutor de homens e intencionalmente ou não, um tremendo veículo de transmissão de valores.” (p.1)

Vários autores, como Ferreira (2019), reconhecem que o papel do treinador de formação substitui muitas vezes o professor ou até mesmo os pais, no que diz respeito à transmissão de valores e formação dos atletas enquanto pessoas. Este autor realça que são comuns os relatos de pessoas que confessam que os valores que os alicerçam, foram adquiridos através do

desporto, particularmente, por via dos seus treinadores e que muitos acabam mesmo por criar relações que perduram no resto das suas vidas.

Está definido que o treinador desportivo é aquele que conduz o treino dos praticantes desportivos com vista a desenvolver condições para a prática e reconhecimento da modalidade ou otimizar o seu rendimento desportivo, independentemente da denominação que lhe seja habitualmente atribuída³. No entanto, são muitos os autores, como Meirim (1994) e Neves (2016), que demonstram que a tarefa de um treinador desportivo é muito mais complexa do que aquilo que aparenta ser. Meirim (1994) definiu o treinador desportivo como um agente que prepara e orienta praticantes desportivos, incidindo a sua atuação nos aspetos físico, psicológico, técnico e tático, tendo em vista a otimização do seu rendimento desportivo. Começando assim a perceber-se que o papel do treinador vai muito para além do treino propriamente dito e que o treinador terá de estar atento a outras áreas igualmente importantes. Neves (2016) defende que a função de treinador implica a tomada de decisões organizadas com base em indicadores e critérios que obedecem a uma certa ordem e diferentes domínios, como a organização do treino, a liderança, os estilos e formas de comunicação com os jogadores, as opções controlo da capacidade de concentração, entre outros.

Na Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto estão definidos aqueles que devem ser os objetivos gerais do exercício da atividade de treinador de desporto⁴, sendo eles:

- a) A promoção da ética desportiva e do desenvolvimento do espírito desportivo;
- b) A defesa da saúde e da segurança dos praticantes, bem como a sua valorização a nível desportivo e pessoal, quer quando orientados para a competição desportiva quer quando orientados para a participação nas demais atividades desportivas.

Estando também definidos os objetivos específicos⁵:

- a) Fomentar e favorecer a aquisição de conhecimentos gerais e específicos que garantam competência técnica e profissional na área da intervenção desportiva;
- b) Impulsionar a utilização de instrumentos técnico se científicos, ao longo da vida, necessários à melhoria qualitativa da intervenção no sistema desportivo;

³ Artigo 4.º, n.º6, alínea a) do Decreto-Lei n.º 407/99 de 15 de outubro.

⁴ Artigo 2.º, n.º1 da Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto.

⁵ Artigo 2.º, n.º2 da Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto.

- c) Promover o aperfeiçoamento qualitativo e o desenvolvimento quantitativo da prática desportiva, quer seja de iniciação desportiva, de competição ou de alto rendimento;
- d) Dignificar as profissões e ocupações do desporto e fazer observar a respetiva deontologia, reforçando os valores éticos, educativos, culturais e ambientais, inerentes a uma adequada prática desportiva;
- e) Contribuir para facilitar o reconhecimento, o recrutamento e a promoção de talentos com vista ao desenvolvimento do desporto;
- f) Contribuir para o reconhecimento público da importância social do exercício da atividade e da profissão de treinador de desporto.

As funções do treinador definem-se assim com base num conjunto de competências resultantes da mobilização, produção e uso de diversos saberes pertinentes (científicos, pedagógicos, organizacionais, técnico-práticos, etc.), organizados e integrados adequadamente em função da complexidade da ação concreta a desenvolver em cada situação da prática profissional (Rosado & Mesquita, 2007). Evidenciada a complexidade do papel do treinador, muito fruto da sua importância social, Araújo (2009) diz-nos mesmo que ser treinador é uma vocação, que não se esgota no domínio das habilidades específicas da organização, planeamento e condução do treino e das competições. Todas estas habilidades e conhecimentos não estão ao alcance de qualquer pessoa que decida ser treinador, o que leva Neves (2016) a afirmar:

“Ser treinador requer certas características e um certo perfil que nem toda a gente consegue ter nem adquirir” (p.24)

Os treinadores desportivos são mais do que meros conhecedores científicos das mais variadas disciplinas das ciências do desporto e conhecedores da sua modalidade, são uma peça fundamental na relação humana e social com os seus praticantes desportivos, sobretudo com os seus os mais jovens. O treinador desportivo tem diversas funções neste campo, como a motivação e a escolha da melhor forma para que os seus atletas atinjam os objetivos individuais e, no caso dos desportos coletivos, de grupo. Só reunindo todas estas capacidades, é possível alcançar a excelência desportiva dos atletas e dos clubes que estes representam.

Para tal, e no sentido de reunir todas as competências necessárias para o correto exercício da atividade de treinador desportivo, é de grande importância a habilitação e formação própria para os aspirantes a treinadores desportivos. Indo de encontro a esta ideia, Lima (2000) questionava:

“Se não se aceita que, no sistema educativo, a função de docente seja exercida por quem não tenha habilitação própria, como é que vamos admitir que, no sistema desportivo, aqueles que ensinam, treinam e dirigem, crianças e jovens sejam dispensados de uma habilitação apropriada?” (p.32)

1.2.2. A FORMAÇÃO

Em Portugal, a Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto define a necessidade de reconhecer a existência de treinadores devidamente qualificados, como condição indispensável não só para garantir a qualificação da sua intervenção prática, mas também para assegurar o cumprimento dos valores da ética desportiva e do espírito desportivo⁶. Neste sentido, a lei define as qualificações necessárias ao exercício da profissão na área de atividade física e do desporto, assim como o processo de aquisição e de atualização de conhecimentos para o efeito, no quadro da formação profissional inserida no mercado de emprego (Mestre, 2014).

De acordo com o estabelecido no Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) e em vista da obtenção do obrigatório Título profissional de treinador de desporto (TPTD) de uma dada modalidade, os candidatos devem satisfazer um dos seguintes requisitos⁷:

- Licenciatura na área do Desporto ou da Educação Física, tal como identificada pela Direção-Geral do Ensino Superior e mediante o reconhecimento dos cursos por parte do IPDJ;
- Qualificação na área do treino desportivo, no âmbito do Sistema Nacional de Qualificações, por via da formação;
- Qualificação na área do treino desportivo, por via de competências profissionais adquiridas e desenvolvidas ao longo da vida, legalmente reconhecidas, validadas e certificadas (RVCCP);
- Qualificações profissionais legalmente reconhecidas.

Assim, não é permitido, nos casos especificamente previstos na lei, o exercício de profissões nas áreas de atividade física e do desporto, designadamente no âmbito do treino desportivo, a título de ocupação principal ou secundária, de forma regular, sazonal ou ocasional, sem a

⁶ Decreto-Lei n.º 248-A/2008, de 31 de dezembro.

⁷ Artigo 6.º, n.º1, alínea a) do Decreto-Lei n.º 248-A/2008, de 31 de dezembro.

adequada formação académica ou profissional. A atividade de treinador apenas pode ser exercida por treinadores de desporto no âmbito de federações desportivas titulares do estatuto de utilidade pública desportiva, de associações promotoras de desporto e de entidades prestadoras de serviços desportivos, como tal referidos no artigo 43º da Lei nº 5/2007, de 16 de janeiro⁸.

A atribuição do título profissional compete ao Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ) e confere competências ao seu titular em diferentes graus (Grau I, Grau II, Grau III e Grau IV)⁹. É também o IPDJ responsável pela emissão e renovação da cédula de treinador de desporto¹⁰. A obtenção de cédula, de determinado grau, confere ao seu detentor determinadas competências para o seu grau e para os graus inferiores, referentes a cada um dos graus, e que estão também presentes no PNFT. Assim, o papel do treinador de Grau I, de uma forma geral, prende-se em adquirir e praticar competências básicas de treinador, prestando assistência, se possível, a treinadores mais qualificados em sessões de treino sob a orientação dos últimos¹¹; de Grau II, em preparar-se para ministrar, rever e avaliar sessões de treino, demonstrando competências básicas para o treino¹²; de Grau III, em planear, implementar, rever e avaliar sessões anuais de treino, demonstrando competências avançadas de treino¹³; e de grau IV, em planear, implementar, rever e avaliar programas multianuais de treino, demonstrando competências avançadas de treino, inovação e liderança¹⁴.

Os cursos de treinadores definidos no âmbito do PNFT contemplam três componentes distintas:

- Componente geral comum aos diferentes cursos,
- Componente específica relativa a cada uma das modalidades / vias / disciplinas / estilos considerados pelas Federações respetivas;
- Componente de formação em exercício, designada de Estágio.

Sendo que, para cada curso de formação de treinadores, está definida uma carga horária própria, de acordo com o grau respetivo, como podemos analisar na tabela abaixo apresentada (tabela 1).

⁸ Artigo 4.º do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

⁹ Artigo 7.º do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

¹⁰ Artigo 6.º, n.º2 do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

¹¹ Artigo 8.º do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

¹² Artigo 9.º do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

¹³ Artigo 10.º do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

¹⁴ Artigo 11.º do Decreto-Lei nº. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

Tabela 1: Carga horária dos cursos de formação de treinadores

Componentes de formação	Grau I	Grau II	Grau III	Grau IV
Geral	41 h	63 h	91 h	135 h
Específica	40 h	60 h	90 h	135 h
Estágio	1 época desportiva	1 época desportiva	1 época desportiva	1 época desportiva

Fonte: PNFT

Não obstante toda a formação profissional necessária, para a obtenção do TPTD, os treinadores de desporto são obrigados a realizarem outras formações de forma regular. Isto porque o TPDT de uma dada modalidade caduca sempre que o seu titular não frequente com aproveitamento, no período de cinco anos, este tipo de ações de formação. No cumprimento do definido por lei, o PNFT contempla a existência de Formação Contínua para efeitos de revalidação do TPTP. Esta situação exige que o treinador comprove a realização de um conjunto de ações de formação realizadas ao longo dos cinco anos de validade do TPTD, respeitando o determinado na Portaria n.º 326/2013, de 1 de novembro.

A ilegalidade adveniente do exercício da profissão sem competências pode acarretar a interdição do profissional de exercer a atividade de treinador em território nacional, pelo período de dois anos e o pagamento de uma coima¹⁵.

Estas medidas contrariam a ideia de que, qualquer um pode ser treinador e de que esta atividade não passava de um *hobby*. Nesse sentido, Rosado e Mesquita (2007), alertavam para a necessidade de treinadores qualificados ter crescido de forma exponencial na nossa sociedade, contrariando a crença geral de que qualquer um pode ser treinador, desde que o deseje e que o seu passado desportivo como atleta o permita. Os mesmos autores eram da opinião que o treinador tem de ser uma pessoa culta, esperando-se que essa cultura alargada lhe permita corresponder às expectativas dos atletas, desenvolver processos de autoformação e de inovação e competências de exercício da profissão, que exigem uma formação de base, académica ou escolar, cada vez mais elevada.

¹⁵ Artigo 17º, Decreto-Lei n.º. 248-A/2008, de 31 de dezembro.

1.2.3. A PROFISSÃO

Em Portugal, os treinadores de desporto integram a lista de profissões regulamentadas no setor do desporto que, verificadas previamente as qualificações, permite a estes técnicos exercer a sua profissão em regime de prestação de serviços, como profissão exclusiva ou principal, auferindo por via dela uma remuneração, de forma habitual, sazonal ou ocasional, independentemente de auferir uma remuneração (Mestre, 2014).

Estando a profissão de treinador de desporto presente na Lei, seria de esperar que os seus profissionais, para além das suas obrigações de formação profissional e outras, também tivessem as suas carreiras mais protegidas, no que toca aos seus direitos como profissionais. No entanto, mesmo com alguma crescente valorização da atividade do treinador, em parte devido à conquista de alguns feitos relevantes por parte de alguns treinadores portugueses, a verdade é que são poucos os treinadores, fora do futebol, que em Portugal se conseguem dedicar a tempo inteiro à sua atividade como treinador.

Não obstante, temos continuado a assistir a uma crescente necessidade de recursos humanos no treino, o que faz com que a oferta e a procura aumentem. Para se compreender melhor o fenómeno, é importante destacar a evolução quanto ao número de treinadores em Portugal. Segundo dados do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), no ano de 2017, último ano com dados disponíveis, existiam mais de 36 mil treinadores de desporto em Portugal, contra os cerca de 6 mil de 1996, ano dos dados mais antigos (figura 1). Verificamos assim que no espaço temporal de 21 anos, o número de treinadores mais que triplicou em Portugal.

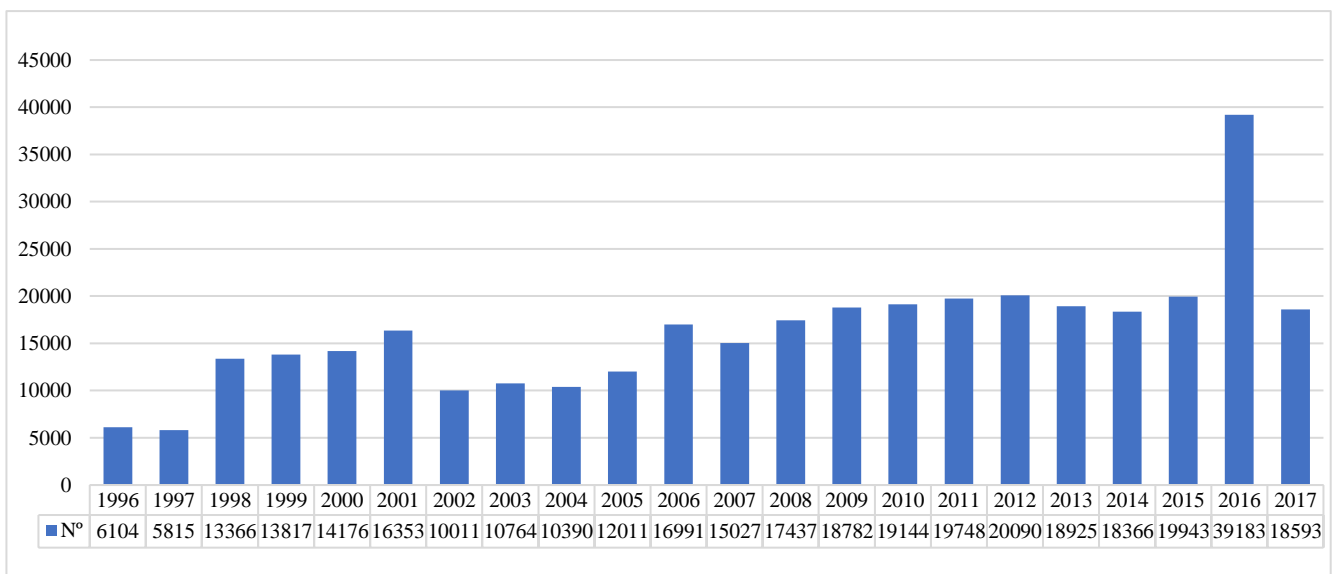


Figura 1: Evolução do número de treinadores em Portugal

Fonte: Pordata/IPDJ

Todavia, as condições deveriam também acompanhar a evolução na área do treino desportivo e o trabalho precário nunca deverá ter uma curva ascendente, antes pelo contrário (Lima R. , 2018). Sequeira (2019) alerta que, quando chega a hora de ser necessário dar mais condições, esquecem-se do treinador e é por isso que 96% dos treinadores encontram-se em regime de voluntariado. Estranha-se que, sendo os resultados obtidos pelos atletas uma consequência do trabalho desenvolvido pelos treinadores, de forma muito frequente não seja feita qualquer referência ao importante papel do treinador (Raposo, 2018).” O mesmo autor alerta ainda que:

“O que acontece em Portugal relativamente aos Treinadores é uma situação que urge alterar: A profissão de Treinador tem que ser reconhecida socialmente e não é”

Raposo, membro da Comissão de treinadores do COP, revela que a maior parte dos treinadores trabalha sem seguro de trabalho, sem segurança de trabalho, sem contrato de trabalho e, na generalidade das modalidades olímpicas, há mesmo treinadores que pagam para treinar. Estando os treinadores desprovidos destas condições básicas de trabalho, Ferreira (2019) alerta também que, não havendo descontos, consequentemente não haverá direito aos mais básicos benefícios, como por exemplo, seguro de trabalho ou pensão de velhice. Perante este quadro, nem vale a pena falar em subsídios de férias e de Natal. Aliás, a grande maioria destes vencimentos dura apenas os aproximadamente dez meses do período competitivo, das suas modalidades.

A realidade é que sendo o treinador a figura central do processo da preparação desportiva dos atletas é urgente que se reconheça, em Portugal, a importância social e desportiva desta profissão (Raposo, 2018). E, tendo em conta a sua importância, risco profissional e precariedade, a profissão de treinador é aquela que se encontra no pior cenário (Ferreira, 2019).

Pereira (1987), reconhecidamente um dos maiores treinadores de atletismo de Portugal afirmou que:

“o treinador tem de ser uma pessoa que tenha capacidade de conseguir viver na incerteza do futuro (...) tem de ser aventureiro” (p.28-32)

Os treinadores dependem, para sua subsistência, de uma procura complexa e instável, que não é controlada por qualquer autoridade. Para assegurar os seus meios de subsistência, alguns treinadores conciliam a atividade de treinador com o ensino, outros encontram um trabalho

remunerado relacionado com a sua modalidade desportiva, mas muitos exercem diversos trabalhos em circunstâncias muito diferentes da sua atividade como treinador (Almeida, 2001).

As dificuldades laborais parecem crescer tanto como a exigência da atividade do treinador. Nos dias de hoje, o treinador tem um sem número de atividades que têm de ter em conta e que vão muito para além do treino. O treinador Castro (2018) descreve que o treinador tem de observar a sua própria equipa, tem de observar adversários, tem que analisar jogadores, tem que planejar o treino, tem que planejar o jogo, tem um inúmero conjunto de tarefas que lhe estão associadas. O mesmo autor afirma que a vida do treinador não se esgota no treino, mas que começa no treino. Porque depois do treino há a ligação com todos os outros departamentos. Ferreira (2019) completa afirmando que ser-se competente na função de treinador, implica muito tempo dedicado a toda a atividade e ao seu envolvimento. Tempo esse que pode parecer invisível aos para quem está fora do contexto, mas que é dedicado ao planeamento, análise de jogos e de treinos, sessões teóricas, acompanhamento da realidade cultural do clube, diálogo regular com os jogadores e restantes profissionais, apoiá-los nos momentos mais imprevisíveis, preocupação com a própria formação contínua, sob múltiplas formas.

Urge, portanto, que se comece a compreender que a base para o sucesso é o trabalho e a dedicação em exclusividade em prol de uma modalidade. Um bom treinador não é aquele que ganha mais vezes, é o que se dedica a 100% ao treino, planeando, organizando, instruindo, gerindo e acima de tudo refletindo (Lima, 2018). Ferreira (2019) citando Bouças (2019) aponta que:

“é importante que as pessoas não se esqueçam que ser treinador é uma profissão... e que os treinadores também têm contas para pagar” (p.1)

É nesse âmbito que se devem focar todos as partes interessadas do treino e combater para melhores condições laborais, para podermos todos falar no treinador de desporto como uma profissão com as mesmas regalias a tantas outras (Lima, 2018).

1.3. O TREINADOR DE ATLETISMO

De entre todas as classes de treinadores das mais diversas modalidades, optamos por analisar em concreto a situação profissional dos treinadores de atletismo. Esta escolha prendeu-se muito pelo facto de o atletismo ser a modalidade, em Portugal, que mais conquistas globais conseguiu

para o nosso país ao longo dos anos e que, em simultâneo, lhe é associada muitas vezes um cariz de desporto amador. É frequente, ouvirmos falar do atletismo como o “desporto dos pobres” e como tal, tentaremos perceber se as condições dos treinadores desta modalidade contribuem em parte para este rótulo, apesar do elevado nível dos resultados alcançados. O professor Mário Moniz Pereira, um dos maiores treinadores de atletismo de todos os tempos, treinador de alguns dos melhores fundistas portugueses de sempre, e apelidado o “Senhor Atletismo”, já reivindicava um maior apoio à modalidade:

“O futebol sempre foi uma das modalidades mais importantes, mas não pode ser só o futebol. Um milhão para o futebol não é nada e para o atletismo não há 100 mil euros, mesmo que sejamos campeões da Europa.” (p.1)

De realçar que o atletismo é a modalidade que conquistou mais medalhas em Jogos Olímpicos para Portugal (ver tabela 2). Sendo que de um total de vinte quatro medalhas conquistadas para Portugal, dez foram alcançadas por atletas do atletismo. Igualmente importante o facto das únicas quatro medalhas de ouro olímpicas serem em exclusivo de atletas desta modalidade.

Tabela 2: Medalhas olímpicas portuguesas por modalidade

Modalidade	Ouro	Prata	Bronze	Total
Atletismo	4	2	4	10
Vela	0	2	2	4
Tiro	0	1	0	1
Canoagem	0	1	0	1
Triatlo	0	1	0	1
Ciclismo	0	1	0	1
Hipismo	0	0	3	3
Esgrima	0	0	1	1
Judo	0	0	2	2
Total	4	8	12	24

Fonte: Comité Olímpico de Portugal

Carlos Lopes na maratona olímpica dos Jogos de Los Angeles de 1984, Rosa Mota na maratona olímpica dos Jogos de Seul de 1988, Fernanda Ribeiro nos 10.000 metros dos Jogos de Atlanta

de 1996 e Néilson Évora no triplo salto dos Jogos de Pequim de 2008, foram os únicos atletas portugueses que se sagraram campeões olímpicos por Portugal.

“Uma vez perguntaram-me o meu objetivo número um e eu disse: ‘Que um dia um atleta treinado por mim vá aos Jogos Olímpicos ganhar a medalha de ouro e que eu ouça o hino português ouvido em toda a parte do Mundo.’ Responderam que era maluco, mas disse que ia tentar. Demorou 39 anos” (Pereira, 2013, p.1).

O sucesso conseguiu ser atingido na modalidade e, reconhecidamente, os treinadores dos atletas medalhados tiveram um papel preponderante em fazer acreditar e conduzir os atletas a estas conquistas. Carlos Lopes (2016), já depois de retirado do atletismo e relembrando a importância do seu treinador Mário Moniz Pereira, afirmou que:

“Felizmente, de uma forma geral, consegui bons resultados, com enorme ajuda do professor, que foi o meu mentor. E tenho a certeza de que foi igualmente o melhor exemplo, para muitos atletas, da maneira correta de estar no desporto.” (p.1)

Mário Moniz Pereira foi assim o primeiro treinador a conseguir conquistar uma medalha de ouro olímpica para Portugal, através da prestação do seu atleta Carlos Lopes, mas mais treinadores se seguiram, conduzindo os seus atletas a medalhas olímpicas e globais na modalidade. Sem dúvida que parte importante destes resultados se deve à qualidade que vários treinadores portugueses de atletismo foram demonstrando, encorajando outros a seguirem as suas pisadas. Ao longo dos anos, fomos assistindo a um aumento gradual, mas algo intermitente do número de treinadores de atletismo em Portugal (figura 2). No entanto, nos últimos anos com dados disponíveis (2016 e 2017) assistimos a uma diminuição drástica do número de treinadores filiados na FPA. Pelo que pudemos apurar, este número reduzido de treinadores de atletismo em muito possa estar relacionado com a mudança dos processos de filiação dos treinadores de atletismo. Na passagem da época de 2015 para 2016, a FPA implementou um processo online de filiações dos seus agentes desportivos, o que rompeu completamente com os anteriores processos mais presenciais. Esta mudança de paradigma, poderá ter levado a dificuldades de adaptação por parte dos treinadores, contribuindo para muitos não conseguirem concluir os seus processos de inscrição na época. Não obstante, acreditamos também que um maior rigor no controlo dos TPTD dos treinadores de atletismo, levou a perceber que muitos deles não tinham as suas cédulas válidas.

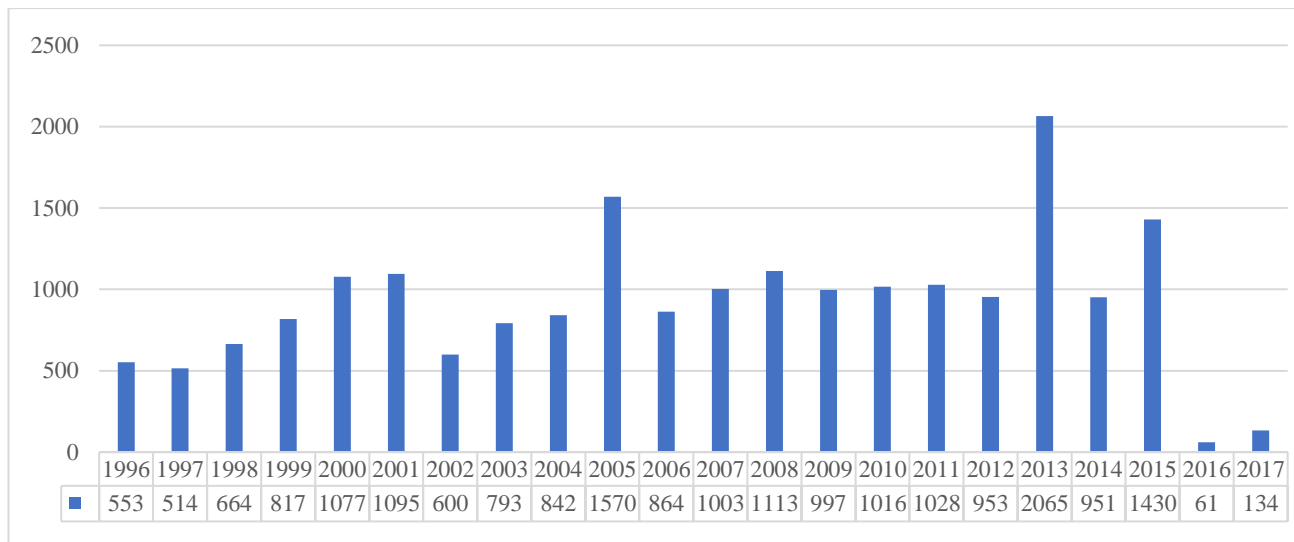


Figura 2: Evolução do número de treinadores de atletismo em Portugal

Fonte: Pordata/IPDJ

Podemos também prever que, as fracas condições proporcionadas aos agentes desportivos da modalidade, não tornem a atividade de treinador de atletismo uma atividade muito apelativa para os treinadores de desporto em geral.

Num estudo relativo aos vínculos jurídico-laborais dos treinadores de desporto, levado a cabo por Mesquita (2017), foi realizado um levantamento, entre diversos treinadores de modalidades diferentes, das situações contratuais destes profissionais e da sua satisfação quanto às condições que têm ao seu dispor para a sua atividade. O estudo refere que de entre os diversos treinadores com que entraram em contacto, “os treinadores de atletismo foram os mais descontentes com a situação laboral atual da classe”. Mais refere que, num encontro entre os técnicos e a FPA, tiveram a oportunidade de recolher alguns depoimentos, ficando a conhecer a realidade da modalidade, onde a maior parte destes treinadores não são remunerados, são considerados prestadores de serviços e não têm qualquer segurança jurídico-laboral, vendo-se obrigados a exercer outra atividade profissional de onde possam retirar sustento. Segundo Mesquita, estes treinadores anseiam por uma regulamentação que “proteja os seus interesses e que lhes permita elevar a modalidade, afirmando que só o conseguirão se o puderem fazer em exclusivo”.

1.4. ASSOCIAÇÃO DE TREINADORES DE ATLETISMO DE PORTUGAL

Com o intuito de preservar e lutar pelos interesses dos treinadores de atletismo de Portugal foi constituída a Associação de Treinadores de Atletismo de Portugal (ATAP). Esta associação foi criada numa altura em que a qualidade do treinador é posta em causa, e em que muitos dos clubes começam a procurar os seus técnicos no estrangeiro. Apesar de ser criada com bons propósitos, esta associação nunca conseguiu atingir todas as suas finalidades, bem como mostrar-se dinâmica. Através dos poucos registos da atividade da associação que conseguimos ter acesso, percebemos que a associação foi criada pouco depois da entrada no novo século e teve um número residual de reuniões ou encontros com os seus associados. De momento, não encontramos qualquer evidência que a ATAP continua em atividade, representando um grande entrave à defesa dos interesses dos treinadores de atletismo e à reivindicação de melhores condições laborais para estes profissionais.

1.5. CONFEDERAÇÃO PORTUGUESA DAS ASSOCIAÇÕES DE TREINADORES

Não estando a ATAP em atividade, é a Confederação Portuguesa das Associações de Treinadores, também conhecida como Treinadores de Portugal, a instituição que mais próxima estará de escutar as preocupações, interesses e atividades que desenvolvem os treinadores de atletismo.

A Treinadores de Portugal é uma confederação que congrega vinte e duas Associações de Treinadores de várias modalidades, estando incluída a de Atletismo, e lida com todos os assuntos relativos à carreira e formação do treinador. Esta confederação é a ponte entre os treinadores e a tutela nacional e internacional, sendo a sua porta voz em organizações como: o Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ), a Secretaria de Estado da Juventude e do Desporto (SEJD), o Conselho Nacional do Desporto (CND), o International Council for Coaching Excellence (ICCE), UNI Europa e União Europeia.

As associações de treinadores são sócias da Treinadores de Portugal, no entanto, no caso de não haver associação de treinadores da respetiva modalidade ou a mesma não estiver ativa, os

treinadores podem-se inscrever como associados. A Treinadores de Portugal representa assim todos os treinadores de Portugal, lutando pelos seus interesses e condições laborais.

Condições estas que vamos procurar perceber se estão a ser respeitadas e disponibilizadas aos treinadores de atletismo em Portugal.

CAPÍTULO II

METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO

2.1. METODOLOGIA

Uma vez que, o estudo das condições da prática profissional dos treinadores de desporto em Portugal pode estar condicionado por inúmeras particularidades referentes a cada uma das modalidades existentes, optamos por utilizar o estudo de caso como metodologia de investigação. O estudo incidirá assim sobre os treinadores de atletismo de Portugal.

Tratando-se de uma investigação quantitativa e de uma pesquisa descritiva, os dados recolhidos foram tratados estatisticamente e os resultados daí extraídos foram descritos. Desta forma, estaremos mais próximos de obter uma visão objetiva da realidade, traçando o perfil dos treinadores da modalidade de atletismo e das suas condições profissionais para a prática da sua atividade.

2.2. INSTRUMENTO DE RECOLHA DE DADOS

Para o presente estudo, de forma a recolhermos os dados necessários para o mesmo, foi utilizado como instrumento de recolha de dados o questionário.

O questionário aplicado foi construído com base na literatura da especialidade, com base noutros estudos semelhantes - nomeadamente o estudo de Almeida (2001) relativo à caracterização do treinador português e o estudo de Resende, Mesquita, & Romero (2007) relativo à caracterização e representação dos treinadores acerca da formação de treinadores de Voleibol em Portugal – e de acordo com os objetivos estabelecidos para a investigação. Uma vez finalizado, o questionário foi alvo de análise por parte de um painel de avaliação, constituído por um perito na investigação da área em estudo e por dois treinadores com mais de vinte anos de atividade na modalidade, um com TPTD de grau II e outro de grau III. Os membros do painel procederam a uma análise individual do questionário, tendo sido detetados alguns aspetos que poderiam ser melhorados. Depois de ajustado, procedeu-se a um pré-teste, aplicando o questionário a outros dois treinadores de atletismo (ambos com TPTD de grau II e com uma experiência no treino da modalidade entre doze e quinze anos), de forma a verificarmos a intangibilidade, precisão e objetividade de todas as questões formuladas. Desta

forma, ficamos em condições de realizar os últimos ajustes necessários antes da aplicação definitiva do questionário.

O questionário ficou assim composto por três partes distintas. A primeira teve como principal finalidade a recolha de informações gerais de cariz demográfico acerca dos treinadores de atletismo, como a idade, o género, a nacionalidade, o âmbito em que exerciam a sua atividade de treinador e se tinham sido atletas federados da modalidade. A segunda parte pretendeu averiguar os níveis e âmbitos de especialização dos treinadores de atletismo, recolhendo dados como o grau de qualificação de treinador de desporto, a forma de acesso ao respetivo grau, o número de anos de atividade, as principais vertentes do atletismo que orientou, os escalões dos atletas que orientou, e respetivos resultados de cada um destes. A terceira e última parte procurou perceber a forma como o treinador tem desenvolvido a sua carreira. Para tal, esta parte foi subdividida em outras três, sendo que na primeira averiguou informações relacionadas com as atividades de treino, questionando sobre o tempo dedicado às diferentes partes do processo de treino; na segunda procurou perceber o enquadramento contratual dos treinadores, de forma a percebermos se o treinador trabalha a tempo inteiro ou não, com ou sem contrato de trabalho e auferindo ou não uma remuneração; na terceira parte, procuramos perceber a acessibilidade percebida a momentos de formação, dando espaço aos treinadores para proporem medidas de melhoria nesta área face às suas necessidades.

2.3. POPULAÇÃO

Constituem a população deste estudo, todos os treinadores de atletismo com Título Profissional de Treinador de Desporto válido no momento do estudo, em atividade em Portugal. Na tentativa de apurarmos a real dimensão da nossa população, fizemos os esforços necessários junto das instituições que possuem a capacidade de obter tais informações, contactando a FPA, o IPDJ, I.P. e o Pordata. No entanto, todos os nossos esforços não tiveram sucesso. As instituições mencionadas ou não tinham em sua posse os dados pretendidos ou não nos responderam. Assim sendo, analisando os dados mais recentes disponíveis e dando-os a conhecer a alguns treinadores com experiência no processo de formação de treinadores de atletismo, procuramos encontrar uma estimativa fidedigna. Desta forma conseguiríamos definir uma amostra estatisticamente válida.

Definimos que a população teria uma dimensão de 200 treinadores de atletismo, com TPTD no momento do estudo.

2.4. AMOSTRA

Os questionários foram enviados por via eletrónica para que pudessem chegar até todos os treinadores e para que pudessem responder de forma natural, honesta e voluntária, sendo garantida a confidencialidade e o anonimato das respostas dadas.

De forma a facilitar a chegada dos questionários a todos os treinadores de atletismo de Portugal e para que pudessem responder de forma natural, honesta, voluntária e anónima, o questionário foi aplicado através do *Google Forms*, tendo sido colocado online entre julho e agosto de 2019. Este método permitiu também facilitar o processo de recolha das respostas.

Após uma primeira fase em que o questionário obteve poucas respostas, procuramos apoio junto da Associação de Atletismo de Braga que se mostrou disponível para colaborar connosco. Deste modo, conseguimos chegar mais rapidamente a um grande número de treinadores, elevando o número de respostas.

Participaram nesta investigação cinquenta e dois treinadores de atletismo (n=52), com TPTD e que exerceram a atividade na época de 2018/2019 em Portugal.

2.5. PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS

Concluída a recolha de dados, excluimos os questionários que não estavam concluídos e/ou que não estavam preenchidos conforme as nossas indicações, ficando a nossa amostra constituída por 52 questionários.

Uma vez recolhidos os questionários, os dados daí extraídos foram tratados estatisticamente, com o auxílio do programa estatístico *Statistical Package for Social Science* (SPSS), sendo averiguada a veracidade das hipóteses formuladas através de um teste de hipóteses binomial. Este teste permite-nos verificar se é possível inferir conclusões para uma determinada

população, através da amostra recolhida, e para determinado nível de significância. Para a aplicação do teste é necessário definir as hipóteses nula e alternativa, escolher uma estatística de teste (T), identificar a região de rejeição (RC) e calcular o valor que T assume para os dados observados de forma a tomar a decisão de rejeição ou não da hipótese nula. Quando verificadas evidências para a rejeição da hipótese nula, procedemos ao cálculo dos intervalos de confiança para as diferentes proporções.

Procuramos, assim, perceber se, estatisticamente, era possível diferenciar determinados perfis ou perceções dos treinadores de atletismo em Portugal. Para tal, para cada hipótese foram definidas a hipótese nula e a hipótese alternativa. Aplicando um teste de hipóteses bilateral para proporções, procuramos perceber se existiam evidências estatísticas para a aceitação ou não da hipótese nula, com um nível de significância de 95%. Quando rejeitada a hipótese nula, procedeu-se à definição dos intervalos de confiança para cada uma das proporções verificadas, para um nível de confiança de 95%, de forma a verificar se as diferenças eram significativas ou não. Estes intervalos ao não se sobreporem, leva-nos a verificar qual das proporções é efetivamente maior.

Para a apresentação dos resultados extraídos da análise estatística descritiva, utilizamos diversas figuras e quadros. Desta forma, procuramos favorecer a quantidade das perceções, nomeadamente das análises percentuais e das suas distribuições.

CAPÍTULO III

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

3.1. ANÁLISE DE DADOS

Após a recolha dos dados, passamos ao respetivo tratamento estatístico dos mesmos de forma a ficarmos em condições de apresentar os resultados e fazer a devida discussão mediante as respostas obtidas.

A nível de informações demográficas gerais, procuramos saber a idade, o género e a nacionalidade dos treinadores inquiridos. Em relação à idade, optamos por apresentar as idades em três grupos de idades: menos de 30 anos, entre 30 e 49 anos e mais de 50 anos.

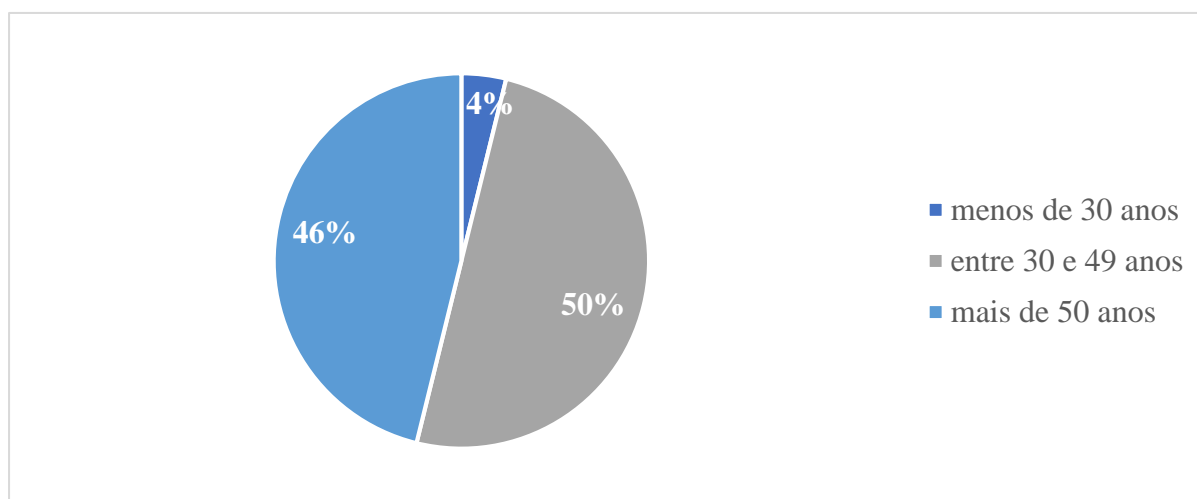


Figura 3: Idade

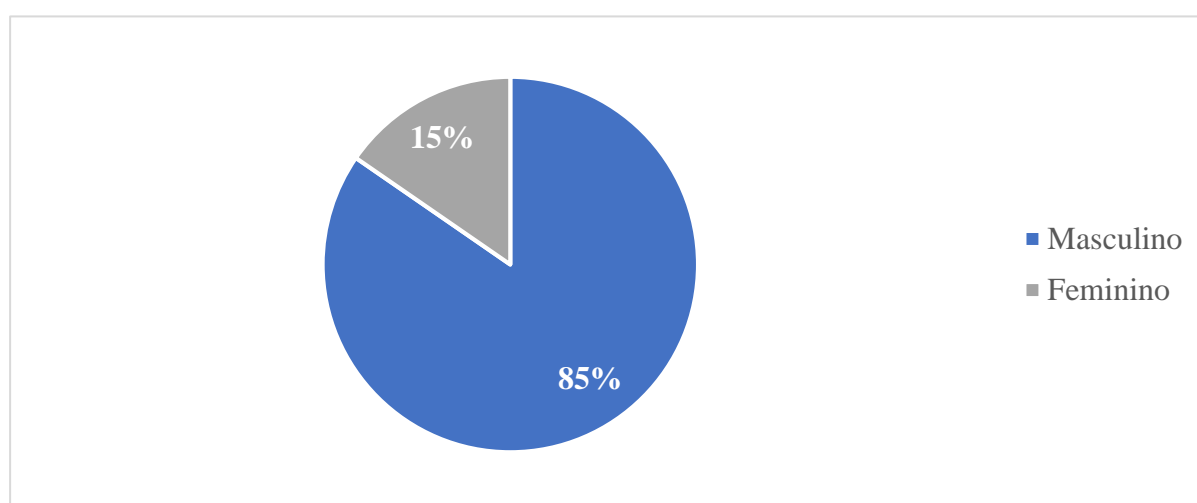


Figura 4: Género

Analisando a figura 3, podemos verificar que dos cinquenta e dois treinadores que participaram na investigação, apenas dois tinham idade inferior a trinta anos, representando 4% do total, vinte e seis tinham idades compreendidas entre 30 e 49 anos (50%) e vinte e quatro treinadores tinham idade superior a 50 anos (46%). De realçar a pouca presença de jovens treinadores de atletismo no estudo e a elevada proporção de treinadores com mais de 50 anos.

Verificamos também (através da figura 4) uma grande predominância de treinadores de atletismo do sexo masculino, representando 85% da amostra, contra os 15% do sexo feminino. Estes dados que vão de encontro aos publicados pelo IPDJ, que nos mostram a esmagadora predominância dos homens na profissão de treinador de desporto. Assim, segunda esta instituição, em 2017, o número de treinadoras era de apenas 12,6%. Facto este que representa uma preocupação para os órgãos centrais na luta contra as desigualdades de oportunidades entre géneros. A nível internacional constatou-se ser necessário provocar, de uma forma objetiva e concreta, o aumento da participação feminina na área do desporto. A Comissão Europeia no seu documento “Igualdade de Género no Desporto - proposta de ações estratégicas 2014-2020”, no que se refere à área do treino desportivo, desafiou todas as organizações desportivas nacionais e internacionais a desenvolverem um conjunto de medidas que permitissem atingir, em 2020, um valor mínimo de 40% de mulheres e homens como treinadores e um mínimo de 30% de mulheres e homens treinadores de equipas nacionais (Jacinto, 2019).

No que toca à nacionalidade, a totalidade dos 52 treinadores participantes no estudo são portugueses.

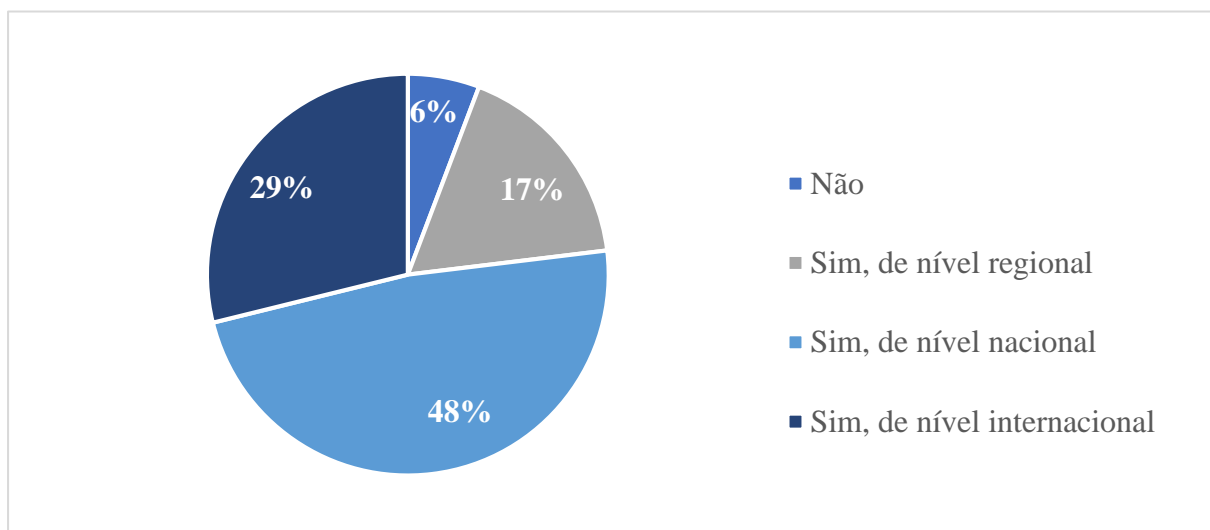


Figura 5: Nível dos treinadores enquanto atletas

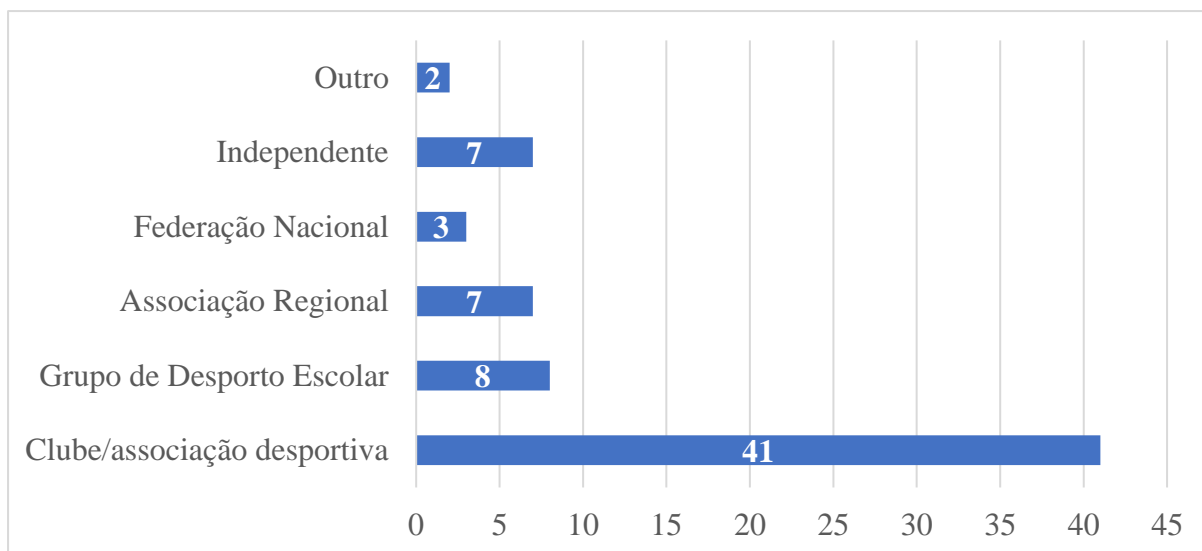


Figura 6: Âmbito da atividade do treinador de atletismo

Ainda nas questões gerais, procurou-se perceber se os treinadores foram atletas federados na modalidade de atletismo antes de se tornarem treinadores (figura 5) e em que âmbito exercem a sua atividade (figura 6).

Podemos verificar que apenas 6% (n=3) dos treinadores não foi atleta federado na modalidade de atletismo, que 17% (n=9) dos treinadores foi atleta federado de nível regional (sem mínimos de participação em campeonatos nacionais), que 48% (n=25) foi atletas federado de nível nacional (com mínimos de participação em campeonatos nacionais) e 29% (n=15) foram atletas de nível internacional (com mínimos de participação em campeonatos internacionais). De realçar assim que quase a totalidade dos treinadores de atletismo participantes no estudo foram atletas federados, sendo que uma parte substancial (77%) atingiu mesmo um bom ou muito bom nível enquanto atleta.

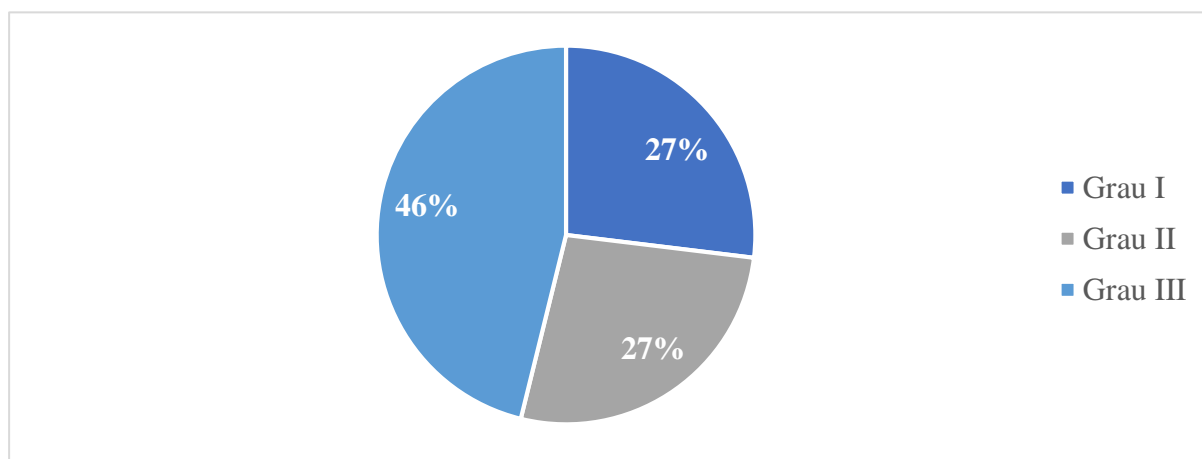


Figura 7: Grau de formação

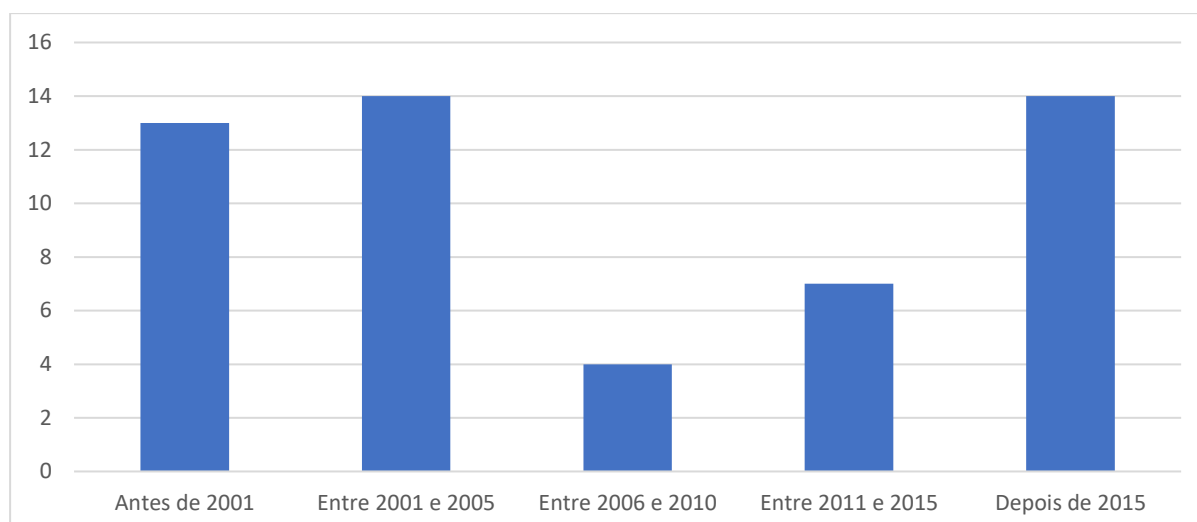


Figura 8: Ano da obtenção do último grau

Passando para a análise da segunda parte do questionário e com o objetivo de averiguar os níveis e âmbitos de especialização dos treinadores de atletismo, procedemos a um levantamento dos graus de qualificação dos treinadores (figura 7), segundo o disposto na Lei N.º 40/2012, de 28 de agosto. Podemos verificar que quase metade ($n=24$, 46%) dos treinadores possuíam o grau mais elevado para treinadores de atletismo em Portugal, o grau III. Quanto aos restantes vinte e oito treinadores, quatorze tinham o grau I, representando 27%, e os outros quatorze tinham o grau II, representando os últimos 27%. Destaca-se o bom nível de qualificação geral, por parte dos treinadores de atletismo do estudo, demonstrando preocupação pelo investimento na formação, enquanto profissionais técnicos da modalidade.

Em relação ao ano que os treinadores obtiveram o seu atual grau de qualificação de treinador de desporto (figura 8), podemos constatar que em média os treinadores de atletismo obtiveram o mesmo no ano 2005, existindo um desvio-padrão de dez anos. Podemos verificar também que cerca de 60% dos treinadores ($n=31$) obtiveram o seu grau de qualificação mais elevado antes do ano 2010, demonstrando que desde cedo que exercem a atividade de treinador com a devida formação profissional. E que dos quatorze treinadores que obtiveram um grau de qualificação depois de 2015, oito deles obtiveram o grau I, pelo que pode prever-se que a médio prazo elevem o seu grau de qualificação.

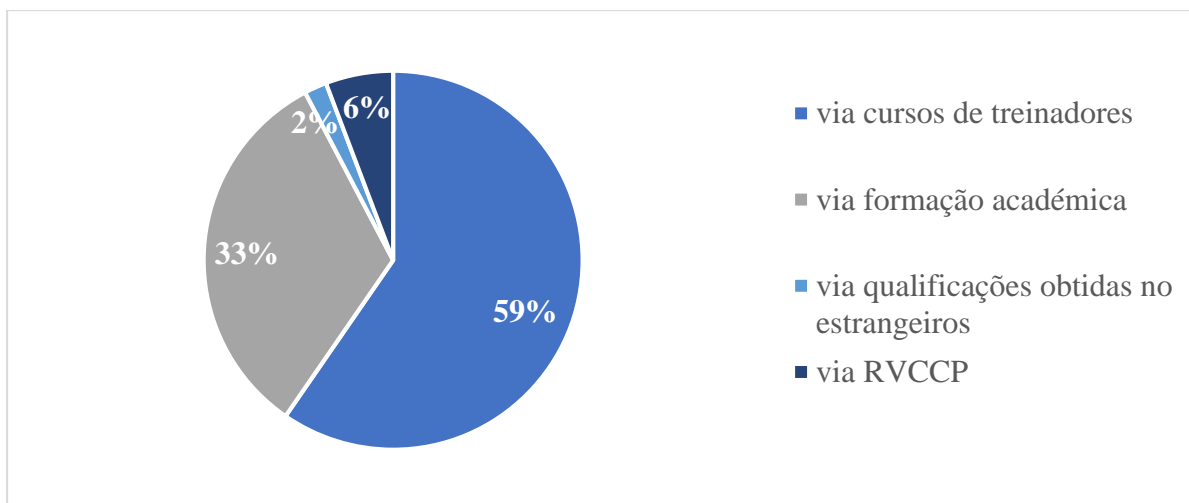


Figura 9: Acesso ao Grau I

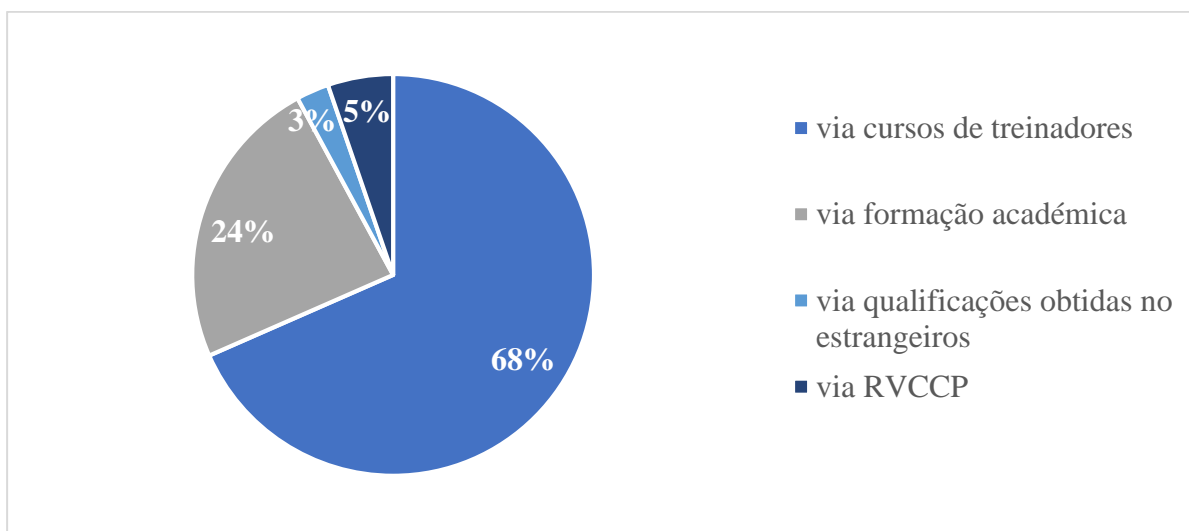


Figura 10: Acesso ao Grau II

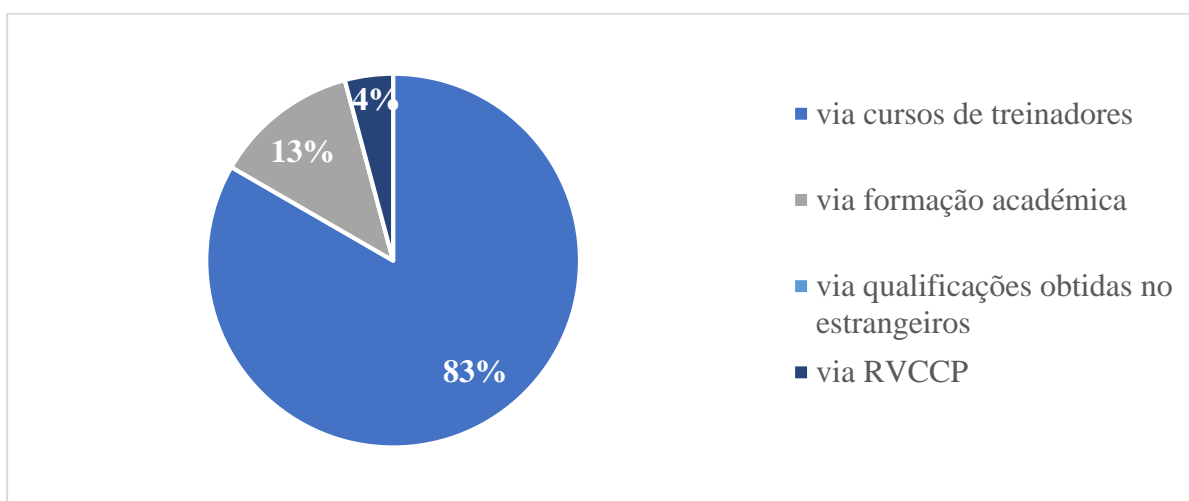


Figura 11: Acesso ao Grau III

Percebendo a forma de obtenção dos diferentes graus de qualificação por parte dos treinadores de atletismo, podemos constatar que os cursos de treinadores no quadro do PNFT são a principal via escolhida pelos treinadores. Sendo que no acesso ao grau I (figura 9), dos cinquenta e dois treinadores, trinta e um (59%) treinadores utilizaram esta via. No acesso ao grau II (figura 10), dos trinta e oito treinadores, vinte e seis (68%) utilizaram esta via. E no acesso ao grau III (figura 11), dos vinte e quatro treinadores, vinte (83%) utilizaram a mesma via. Em todas os graus de qualificação, a segunda via de acesso mais frequente foi a formação académica por meio de cursos superiores na área da educação física, desporto e motricidade humana (33% no grau I, 24% no grau II e 13% dos treinadores no grau III utilizaram esta via). A via do RVCCP foi utilizada apenas por três treinadores no grau I, dois no grau II e um no grau III, representando 6%, 5% e 4% respetivamente. Por via de qualificações obtidas no estrangeiro, observamos apenas um treinador no grau I e um treinador no grau II. De verificar assim que na obtenção dos graus mais elevados, os cursos de treinadores no quadro do PNFT são a via quase exclusiva para tal.

Tabela 3: Longevidade da atividade de treinador

Média	20 anos
Desvio Padrão	12 anos
Mínimo	1 ano
Máximo	44 anos

Analisando a tabela 3, que se refere à quantidade de anos de exercício da função de treinador, por parte dos treinadores de atletismo, verificamos que em média, estes profissionais já exercem a sua função há 20 anos, pelo que podemos deduzir um elevado nível de experiência dos mesmos. Dos treinadores de atletismo participantes, podemos também verificar a grande variedade de durações da função (desvio-padrão da variável igual a 12 anos), percebendo que na amostra estão representados treinadores com níveis de experiência muito distintos. Constatamos mesmo, que o treinador mais inexperiente tinha um ano de funções, enquanto que o mais experiente tinha 44 anos na função de treinador.

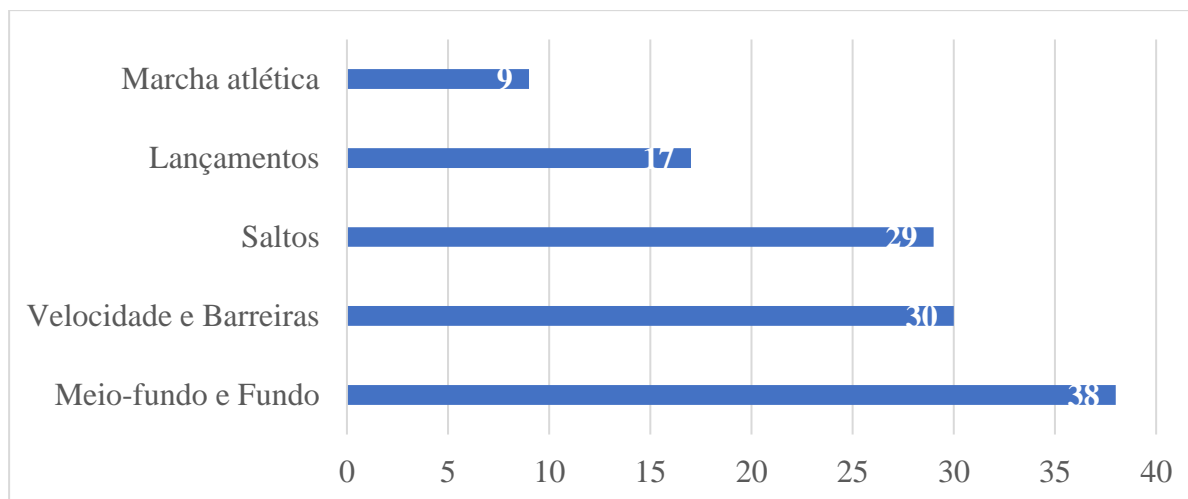


Figura 12: Setores em que o treinador trabalhou

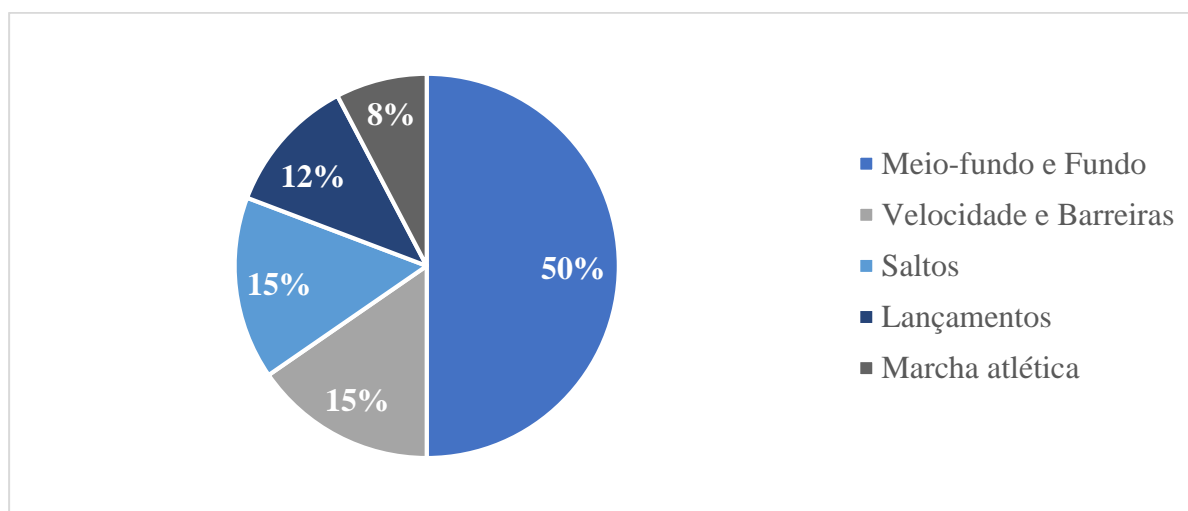


Figura 13: O principal setor/vertente

Quanto aos setores/vertentes do atletismo em que os treinadores trabalharam (figura 12), podemos constatar a grande multidisciplinariedade que o treinador de atletismo tem de desempenhar ao longo da sua carreira. Característica esta que pode se tornar extremamente enriquecedora, uma vez que permitirá ao treinador perceber metodologias e processos de treino das mais diversas disciplinas do atletismo. Esta multidisciplinariedade está vincada no facto de mais de 50% dos treinadores já terem trabalhado nos setores de Meio fundo e fundo (73%), Velocidade e Barreiras (58%) e Saltos (55%).

No entanto, quando toca a escolher o setor do atletismo, em que o treinador mais se especializou ou mais trabalhou durante a sua carreira (figura 13), 50% dos treinadores apontam pelo setor

do “Meio fundo e Fundo. Seguem-se “Velocidade e Barreiras” e “Saltos” ambos os setores com 15%, os “Lançamentos” com 12% e a “Marcha atlética” com 8% das escolhas.

Tabela 4: Experiência dos treinadores pelos escalões etários

Escalões	Nenhuma experiência	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
Benjamins, Infantis e Iniciados	3	10,9	10,4	0	38
Juvenis e Juniores	1	15,9	11,8	0	43
Sub-23 e Seniores	4	15,8	11,9	0	43
Atletismo Adaptado	29	2,9	6,1	0	34

Depois de verificarmos a experiência dos treinadores pelos diversos setores do atletismo, observamos a experiência dos mesmos, pelos diversos escalões etários. Analisando a tabela 4 percebemos que a esmagadora maioria treina ou treinou atletas de todos os escalões, à exceção do “Atletismo adaptado”, em que vinte e nove dos cinquenta e dois treinadores não tiveram qualquer contacto. Em termos médios, os treinadores têm mais experiência no treino de atletas “Juvenis e Juniores” e atletas “Sub-23 e seniores”, com 15,9 e 15,8 anos de experiência respetivamente.

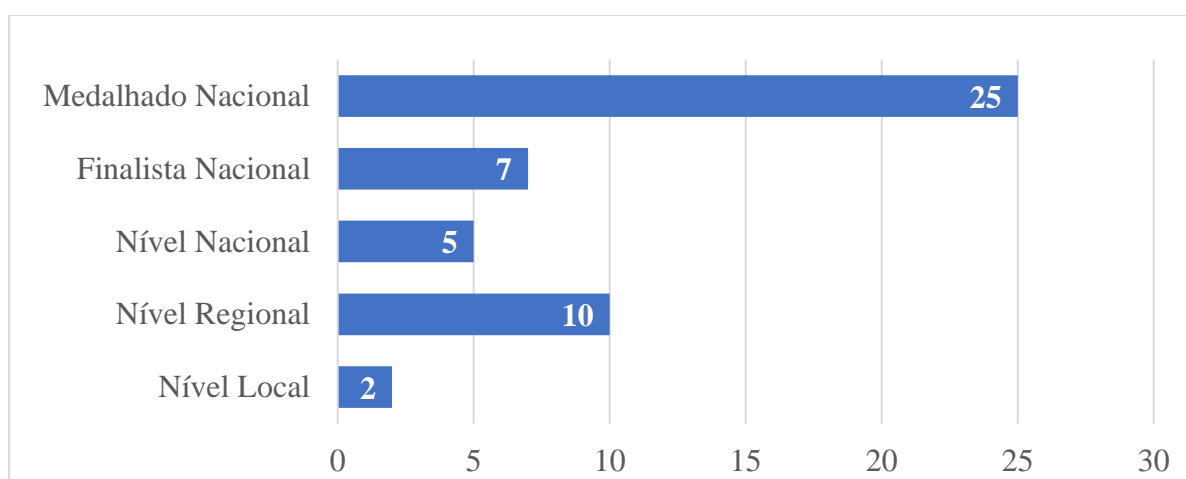


Figura 14: Nível desportivo - Benjamins, Infantis e Iniciados

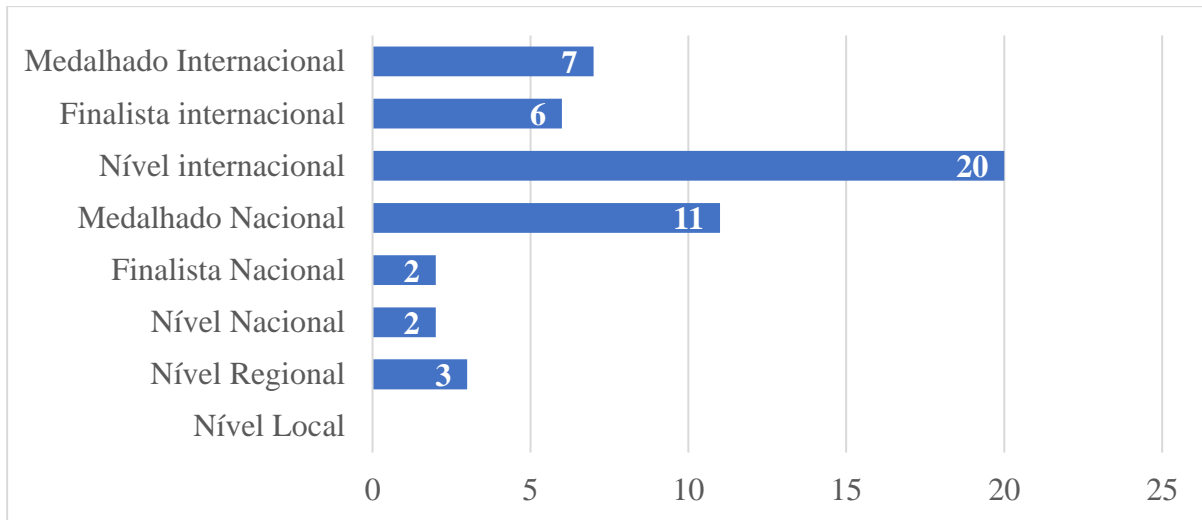


Figura 15: Nível desportivo - Juvenis e Juniores

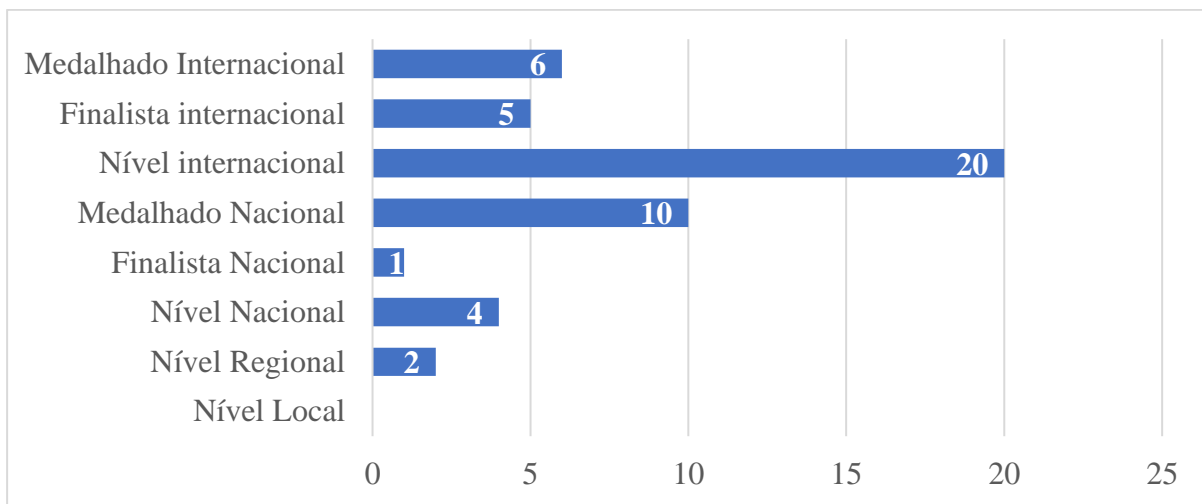


Figura 16: Nível desportivo - Sub-23 e Seniores

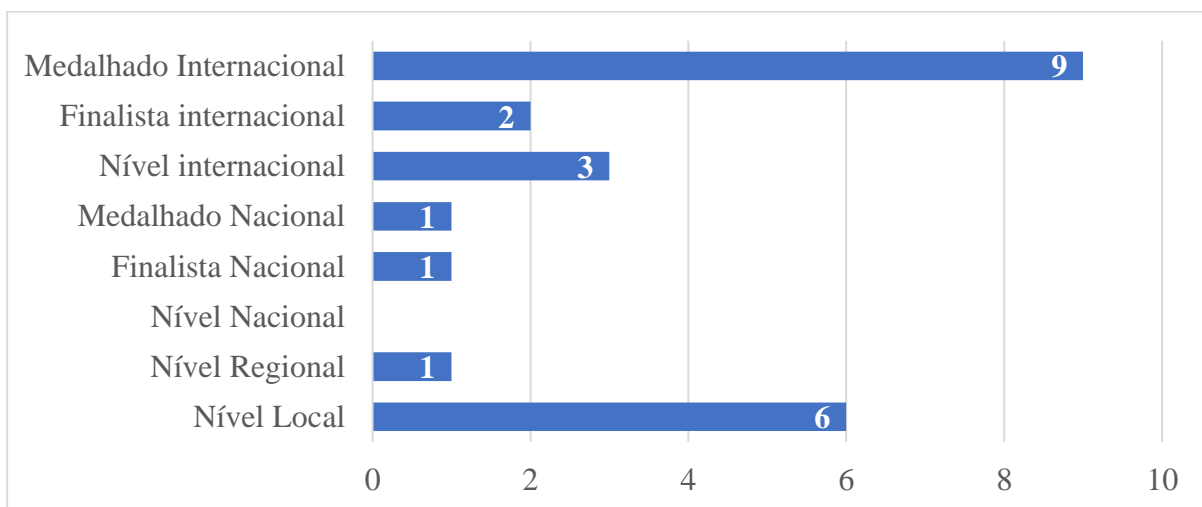


Figura 17: Nível desportivo - Atletismo adaptado

Analisando os níveis desportivos globais atingidos pelos melhores atletas dos treinadores em cada um dos escalões, percebemos o elevado nível atingido em todos os eles, indo de encontro ao nível de resultados de excelência alcançados na modalidade. À exceção do escalão “Benjamins, Infantis e Iniciados”, em que não existem competições de âmbito internacional, em todos os outros, a maioria dos treinadores conseguiu com que os seus atletas atingissem elevados níveis de desempenho desportivo. Não obstante atingirem um nível internacional, foram muito os que levaram os seus atletas a lugares de finalista e lugares de pódio internacionais.

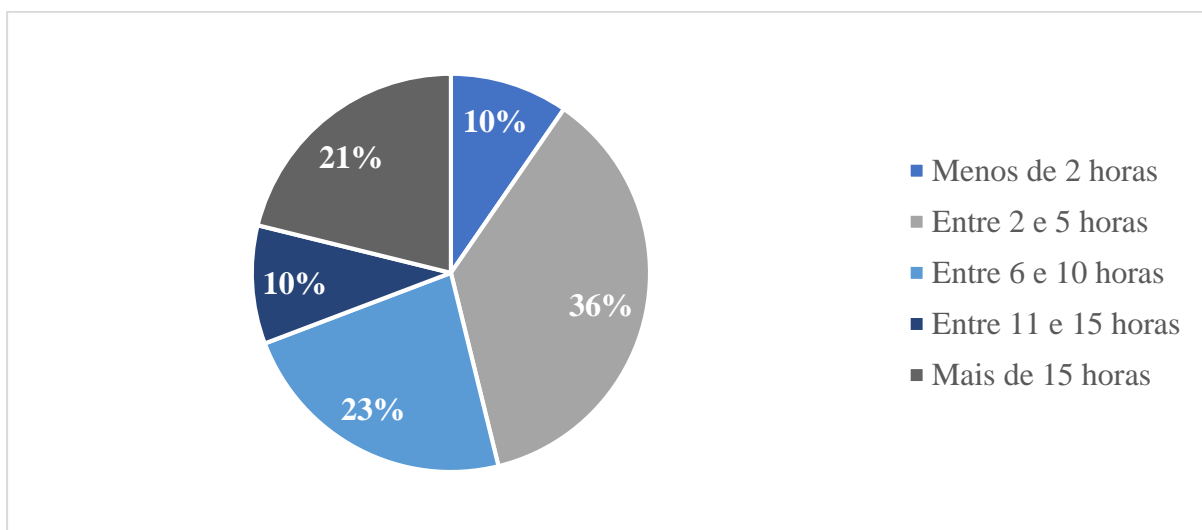


Figura 18: Horas por semana em tarefas de planificação e programação de treino

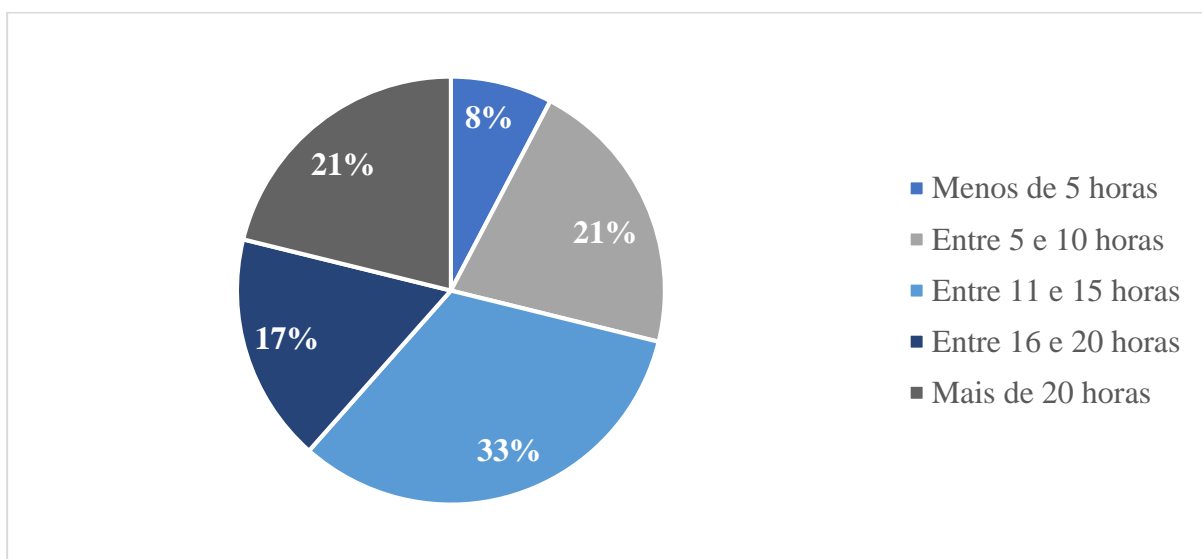


Figura 19: Horas por semana em tarefas de monitorização e controlo de treino

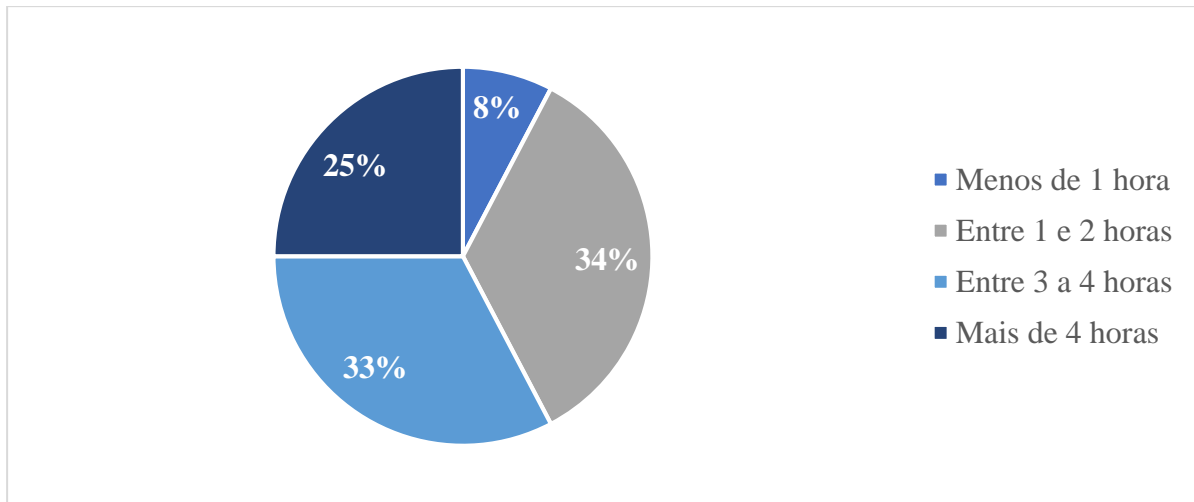


Figura 20: Horas por semana em outras tarefas

Entrando na primeira secção da última parte do questionário, passaremos a analisar as atividades com o processo de treino desempenhadas pelos treinadores, percebendo a carga horária associada às mesmas e se esta é suficiente ou não para o seu pleno desempenho.

Assim, procedemos a um levantamento do número de horas que os treinadores de atletismo participantes no estudo despendem semanalmente na sua atividade de treinador, subdividindo a análise em três tipos de tarefas: as tarefas de planificação e programação do treino; as tarefas de monitorização e controlo de treino presencialmente; e outras tarefas relacionadas com o processo de treino.

No que toca a tarefas de planificação e programação de treino (figura 18), tarefas muitas das vezes esquecidas por quem não está ao corrente do processo de treino e que considera que o trabalho do treinador se limita ao momento do treino propriamente dito, podemos verificar que 54% dedicam seis ou mais horas nestas tarefas e que 46% dos treinadores dedicam cinco horas semanais ou menos. Realçamos, que entre os vinte e oito treinadores que dedicam seis ou mais horas neste tipo de tarefas (54%), onze deles dedicam mais de quinze horas.

Ao nível de tarefas de monitorização e controlo de treino presencial (figura 19) - o momento do treino propriamente dito - o número médio de horas despendidas é ainda superior. Trinta e sete dos cinquenta e dois treinadores inquiridos (71%) despende onze ou mais horas semanais nestas tarefas, onze (21%) dedicam entre cinco e dez horas e apenas quatro (8%) não consegue estar presente em mais de cinco horas de treino. Dos treinadores que estão presentes em mais de onze horas de treino semanal, onze deles despendem mais de vinte horas semanais no local do treino com os seus atletas.

Dezoito treinadores (34%) dedicam ainda, entre uma e duas horas semanais em outras tarefas relacionadas com a sua atividade de treinador (figura 20), dezassete (33%) despendem entre três e quatro horas nestas tarefas e treze (25%) mais de quatro horas.

Analisando o tempo total despendido, em todas os tipos de tarefas, de cada um dos treinadores participantes, foi possível perceber a grande carga horária associada à sua atividade. Em termos médios, os treinadores dedicam entre vinte e duas e vinte e nove horas semanais à sua atividade de treinador desportivo, pelo que conseguimos perceber o nível de compromisso e esforço inerente a estes profissionais em prol da modalidade.

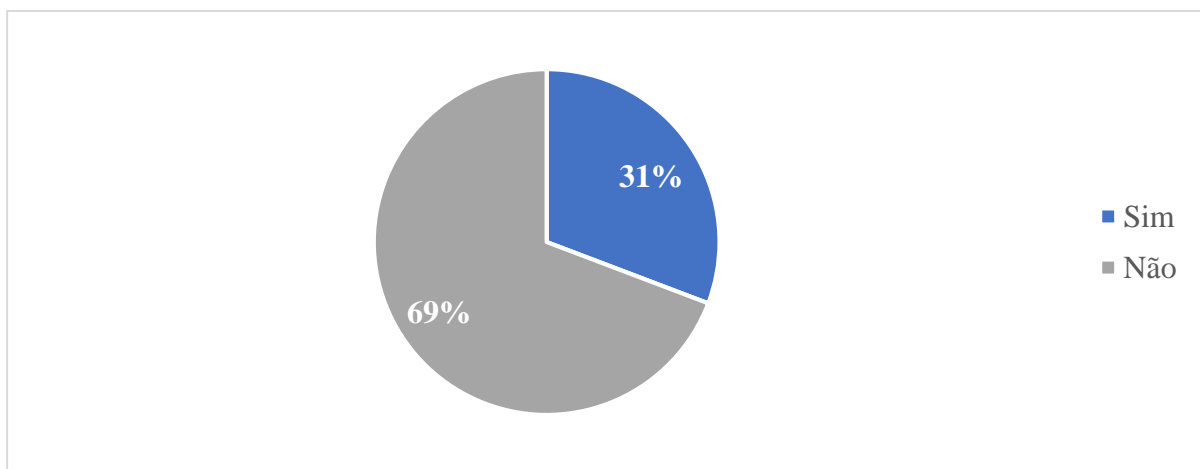


Figura 21: Se o tempo disponível é o ideal

Verificado o elevado número de horas despendidas com o treino, procuramos perceber se os treinadores consideravam que o tempo que despendiam por semana na sua atividade era o ideal e suficiente para conseguirem potenciar o desenvolvimento desportivo dos seus atletas. Através da figura 21, conseguimos constatar que a grande maioria dos treinadores (69%) consideram que, mesmo despendendo muitas horas no processo de treino, o tempo que têm disponível não é o bastante para conseguirem apoiar os seus atletas de forma a que estes atinjam todo o seu potencial desportivo. Verificada a existência de diferentes perceções procuramos definir, para um nível de confiança de 95%, os intervalos de confiança. Verificamos um intervalo de confiança de (18,42%-43,58%) para a proporção de treinadores que consideram ter tempo suficiente, e um intervalo de (56,42-81,58%) para a proporção de treinadores que consideram não ter tempo suficiente. Estes dados, podemos verificar que existem evidências estatísticas que rejeitam a H_0 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que têm a perceção que possuem o tempo necessário para se dedicarem ao processo de treino é igual à proporção de treinadores que têm a perceção de não possuir o tempo necessário – e que apoiam a H_1 - a

proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que têm a perceção que possuem o tempo necessário para se dedicarem ao processo de treino é diferente à proporção de treinadores que têm a perceção de não possuir o tempo necessário. Portanto, uma vez que os intervalos de confiança não se sobrepõem, e para um nível de confiança de 95%, os dados apoiam que **a maioria dos treinadores de atletismo (69%), em Portugal, considera não possuir o tempo necessário para dedicar ao processo de treino.**

Podemos assim depreender a grande complexidade e exigência do treino desportivo associado à modalidade de atletismo.

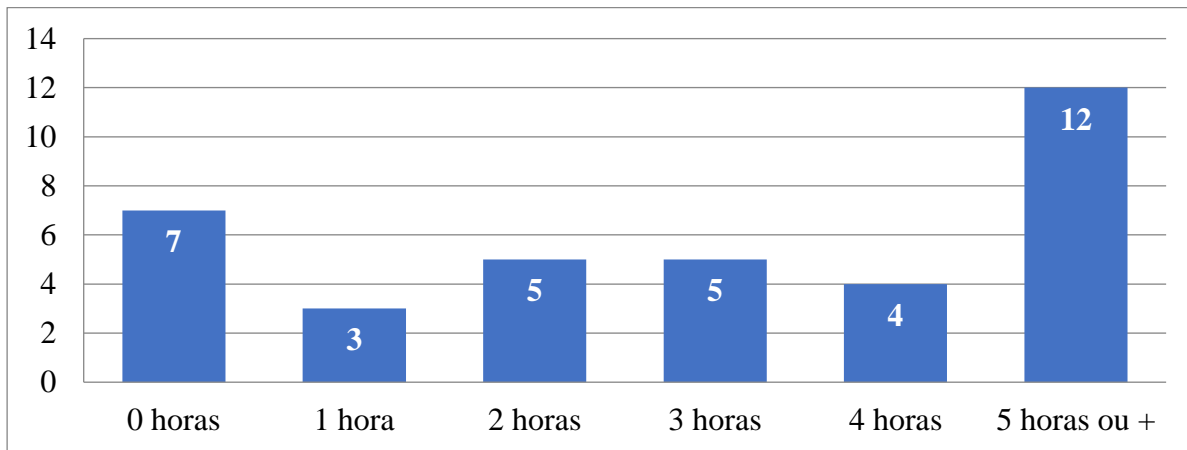


Figura 22: Horas adicionais em tarefas de planificação e programação do treino

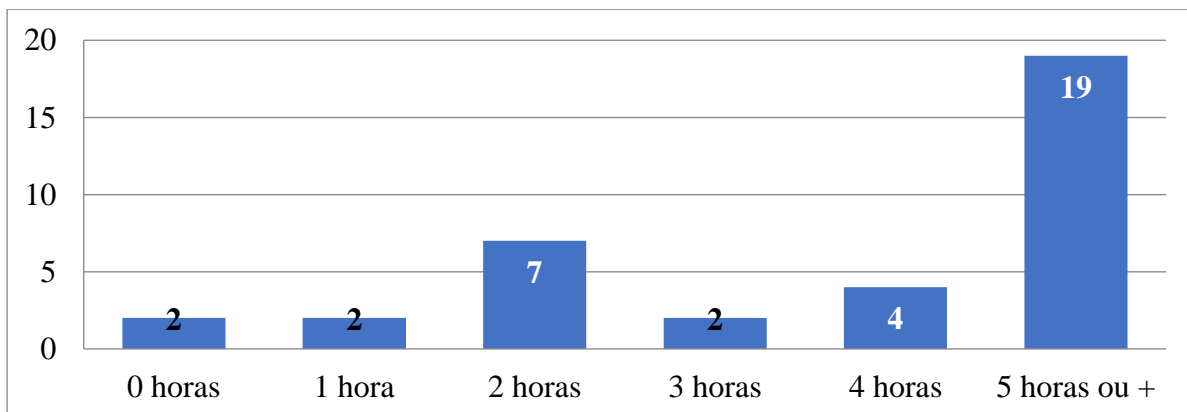


Figura 23: Horas adicionais em tarefas de monitorização e controlo de treino

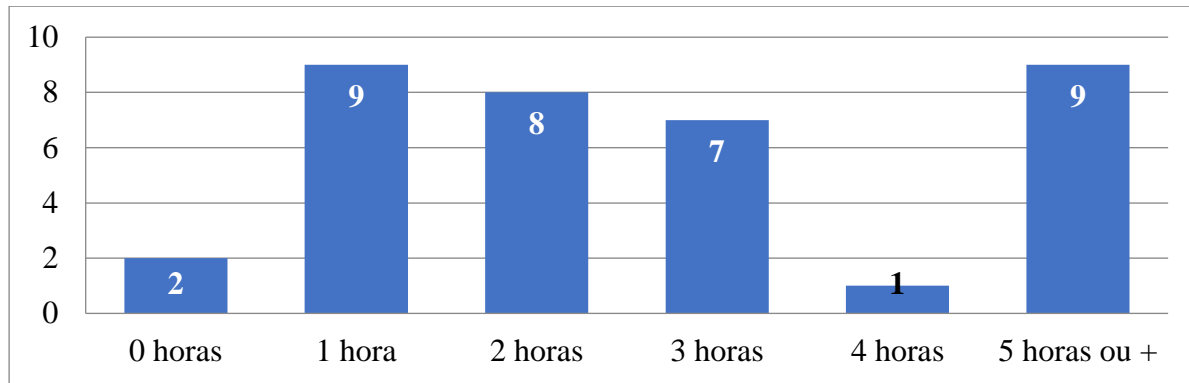


Figura 24: Horas adicionais em outras tarefas

Entre os trinta e seis treinadores que consideravam que não tinham disponível o tempo necessário para exercer na plenitude as suas funções de treinador, procuramos perceber quantas mais horas semanais é que necessitariam e em que tipo de tarefas. Percebemos através da leitura dos gráficos anteriores apresentados que os treinadores necessitariam de aumento significativo do número de horas para o processo de treino. Ao nível de horas adicionais em tarefas de planificação e programação de treino (figura 22), apesar de sete dos trinta e seis treinadores não considerarem ser necessárias mais horas, doze treinadores (33% dos 36 treinadores) consideraram que necessitariam de mais cinco horas semanais adicionais, nestas tarefas. Em relação às horas adicionais em tarefas de monitorização e controlo de treino presencial (figura 23), as necessidades aumentam. Apenas dois treinadores não necessitavam de horas adicionais nestas tarefas e dezanove treinadores (53%) consideravam que necessitariam de cinco ou mais horas adicionais para estarem presentes nos treinos dos seus atletas. Para outras tarefas relacionadas com o processo de treino (figura 24), quase a totalidade dos treinadores consideraram ter necessidade de horas adicionais, sendo que nove treinadores (25%) consideraram necessitar de cinco ou mais horas neste tipo de tarefas.

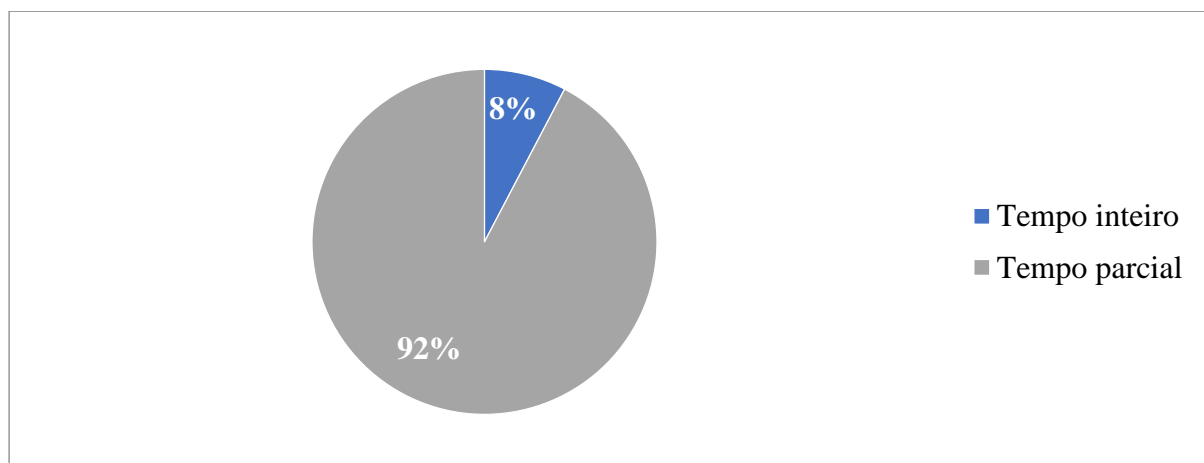


Figura 25: Situação profissional

Verificadas as horas despendidas pelos treinadores de atletismo nas suas atividades relacionadas com o processo de treino, passamos à segunda secção da última parte procurando averiguar qual a situação profissional destes profissionais. Podemos verificar através da figura 25 que a esmagadora maioria dos treinadores do estudo (92%) exerce a sua atividade de treinador de desporto em tempo parcial, tendo, portanto, outra profissão ou atividade remunerada ou sendo em simultâneo estudante. Destes quarenta e oito treinadores em regime de tempo parcial, dois deles dividem a sua atividade entre os estudos académicos e o treino desportivo. Apenas quatro treinadores de atletismo participantes no estudo (8%) eram treinadores a tempo inteiro, não exercendo mais nenhuma profissão ou atividade remunerada. Verificada, estatisticamente, a existência de diferentes proporções para as situações profissionais em que se encontram os treinadores, procuramos definir, para um nível de confiança de 95%, os intervalos de confiança. Verificamos um intervalo de confiança de (0,45%-14,93%) para a proporção de treinadores que exerce a profissão como atividade principal, e um intervalo de confiança de (85,07%-99,55%) para a proporção de treinadores que exerce a profissão como atividade secundária. Com os dados obtidos, podemos verificar que existem evidências estatísticas que rejeitam a H_0 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão como atividade principal é igual à proporção de treinadores que exerce a profissão como atividade secundária - e que apoiam a H_1 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão como atividade principal é diferente à proporção de treinadores que exerce a profissão como atividade secundária. Assim, uma vez que os intervalos de confiança não se sobrepõem, e para um nível de confiança de 95%, os dados apoiam que a grande maioria (92%) dos treinadores de atletismo em Portugal exerce a profissão como atividade secundária.

Percebendo que a esmagadora maioria dos treinadores exerce a sua função em regime de tempo parcial, verificamos também que em média os treinadores estão a despender no treino um número de horas bem superior às comuns vintes horas semanais de um trabalho em regime part-time.

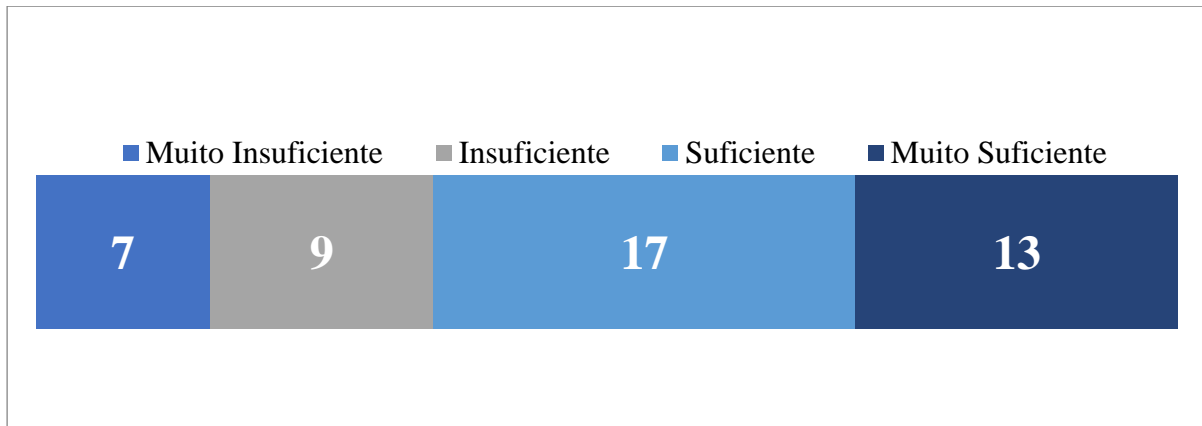


Figura 26: Nível de apoio do empregador na atividade de treinador

Os treinadores em regime de trabalho em tempo parcial, de forma a conseguirem conciliar com sucesso a sua profissão principal com a atividade de treinador, podem estar dependentes do nível de apoio dos seus empregadores na atividade de treinador. Tentamos perceber assim, junto dos quarenta e seis treinadores que exercem a atividade em tempo parcial e que têm outra profissão principal, o quanto apoiados são pelos seus empregadores (figura 26). Numa escala de Likert de quatro pontos, que vai do “muito insuficiente” ao “muito suficiente”, percebemos que de uma forma geral os treinadores estão satisfeitos com o nível de apoio dos empregadores na sua atividade como treinador. Trinta treinadores (65%) consideraram “suficiente” ou “muito suficiente” o nível de apoio dos seus empregadores. Apenas sete treinadores (15%) consideraram “muito insuficiente” o nível de apoio dos seus empregadores.

O bom nível de apoio à atividade de treinador prestado pelos empregadores dos treinadores de atletismo pode representar um dos fatores que ajudam a justificar a forma como os treinadores têm conseguido manter elevadas cargas horárias na atividade desportiva.

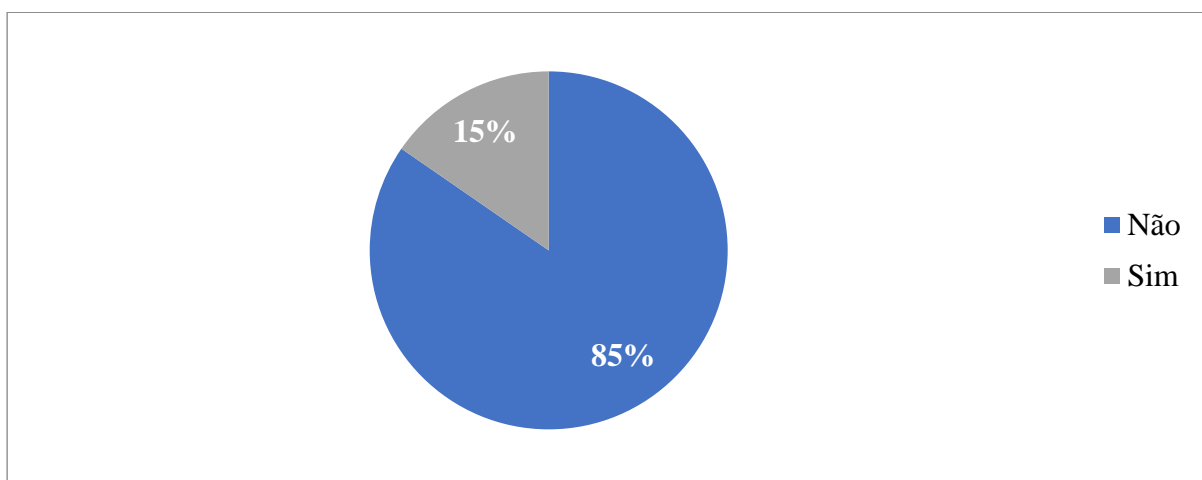


Figura 27: Se tem contrato de trabalho

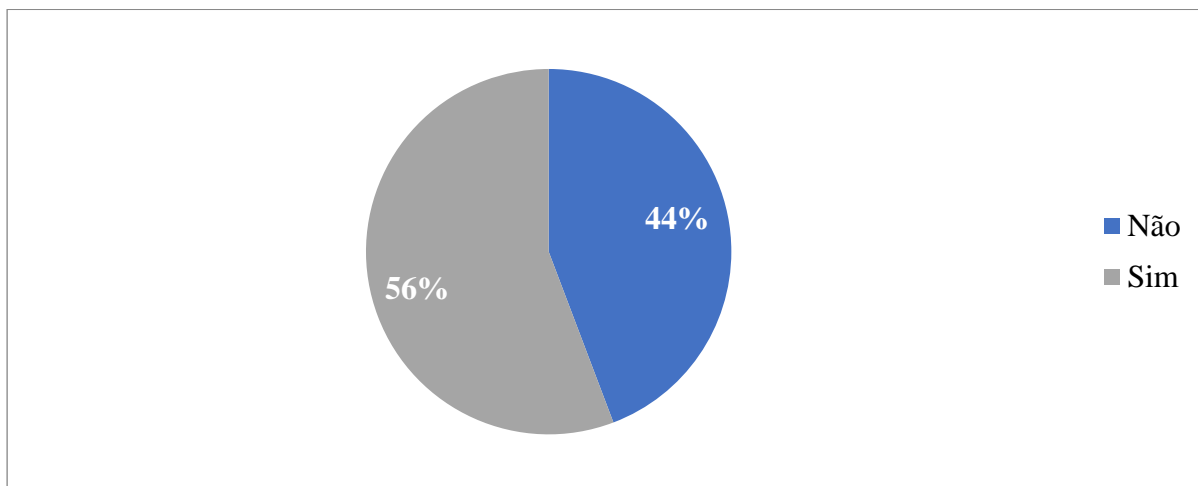


Figura 28: Se recebe salário ou subsídio regular

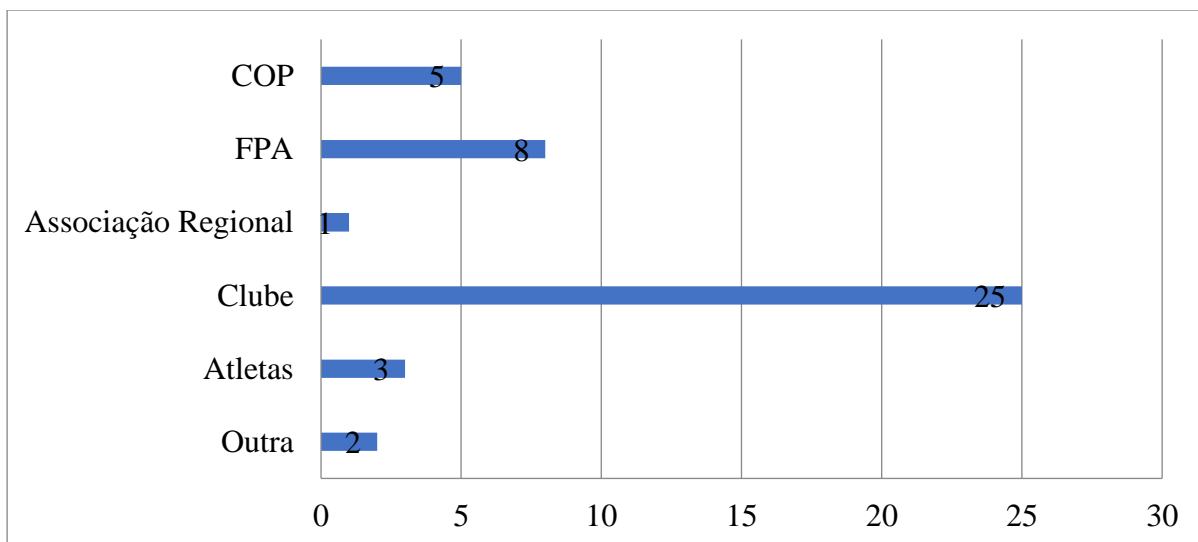


Figura 29: Proveniência do salário ou subsídio regular

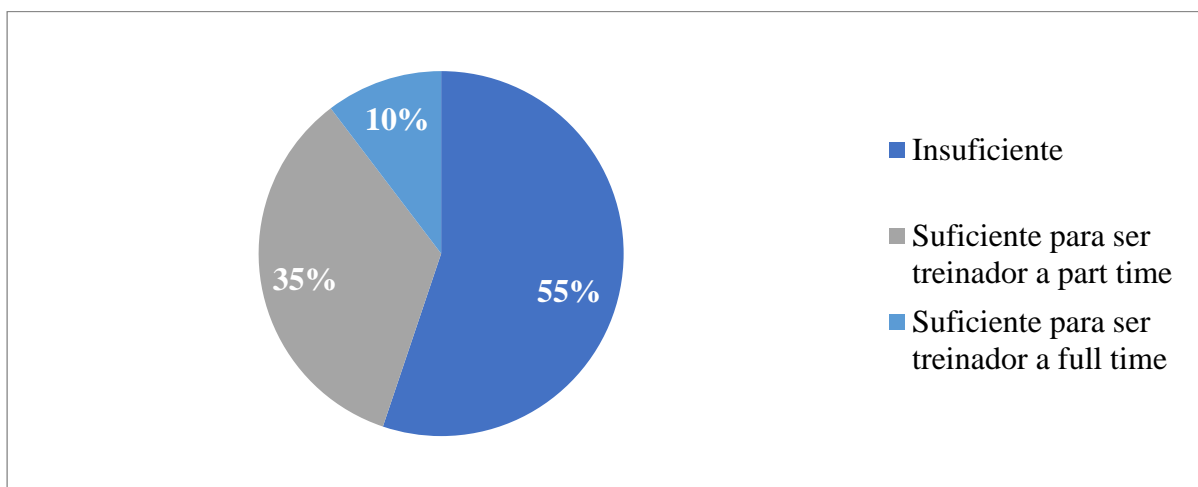


Figura 30: Se o salário ou subsídio regular é suficiente

Vimos, anteriormente, que muitos autores como Lima, Sequeira e Raposo, reconheciam que grande parte dos treinadores de desporto trabalhavam muitas vezes em situações precárias, sem contrato de trabalho e em algumas situações sem qualquer remuneração ou subsídio regular. Procuramos perceber se esta perceção da realidade do treinador de desporto se aplicava aos treinadores de atletismo participantes no estudo.

Começando por averiguar se os treinadores possuíam contrato de trabalho (figura 27) constatamos que quarenta e quatro dos cinquenta e dois treinadores do estudo (85%) não possuíam contrato de trabalho e que dos oito treinadores que possuíam (15%) apenas quatro tinham um contrato de trabalho com a descrição das atividades que deveriam exercer enquanto treinadores. Verificada a existência de diferentes proporções entre os treinadores que têm e que não têm contrato de trabalho, procuramos definir, para um nível de confiança de 95%, os intervalos de confiança das respetivas proporções. Verificamos um intervalo de confiança de (5,57%-25,19%) para a proporção de treinadores que exerce a profissão com contrato de trabalho, e um intervalo de confiança de (74,81%-94,43%) para a proporção de treinadores que exerce a profissão sem contrato de trabalho. Com os dados obtidos, podemos verificar que existem evidências estatísticas que rejeitam a H_0 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão com contrato de trabalho é igual à que exerce a profissão sem contrato de trabalho – e que apoiam a H_1 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que exerce a profissão com contrato de trabalho é diferente à que exerce a profissão sem contrato de trabalho. Portanto, para um nível de confiança de 95%, os dados apoiam que **a grande maioria (85%) dos treinadores de atletismo, em Portugal, trabalha sem contrato de trabalho.**

Podemos verificar ainda que dois, dos quatro treinadores que exercem a atividade de treinador de atletismo a tempo inteiro, não possuíam contrato de trabalho. Esta situação apoia a precariedade das condições de trabalho destes profissionais.

Ao nível do número de treinadores, que recebe salário ou outro subsídio regular (figura 28), a situação melhora. Sendo que 56% dos treinadores recebe um salário ou outro subsídio regular proveniente da sua prática profissional como treinador de desporto. No entanto, os vinte e três treinadores (44%), que não recebem qualquer salário ou subsídio regular, constituem uma grande preocupação, no que diz respeito às condições destes profissionais e no que respeita à valorização da atividade de treinador como uma profissão.

Percebemos também que os salários ou subsídios regulares dos treinadores que os recebem podem ter origem em mais do que uma entidade ou pessoas (figura 29). No entanto, a proveniência mais frequente são os clubes desportivos onde os treinadores exercem a sua atividade. Vinte e cinco treinadores do total de vinte e nove que recebem rendimentos regulares, recebem-nos, em parte ou totalmente, através dos clubes desportivos onde exercem a sua atividade. Oito treinadores recebem regularmente rendimentos provenientes da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA) e cinco recebem rendimentos regulares provenientes do COP.

Dos treinadores que recebem salário ou subsídio regular ($n=29$), dezasseis (55%) deles consideram estes rendimentos insuficientes (figura 30), dez (35%) consideram suficiente apenas se a função de treinador for exercida em tempo parcial e apenas três (10%) considera que é suficiente para ser treinador a tempo inteiro. Verificadas diferentes perceções entre os treinadores que consideram os rendimentos que auferem suficientes e os que consideram insuficientes, procuramos definir, para um nível de confiança de 95%, os intervalos de confiança das respetivas proporções. Verificamos um intervalo de confiança de (26,10%-62,10%) para a proporção de treinadores que recebe rendimentos e os considera suficientes, e um intervalo de confiança de (37,47%-73,67%) para a proporção de treinadores que recebe rendimentos e os considera insuficientes. Uma vez que os intervalos se sobrepõem, e apesar dos dados obtidos apontarem para uma perceção de que os rendimentos auferidos pelos treinadores não são suficientes, não conseguimos verificar a existência de evidências estatísticas que rejeitem a H_0 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que trabalha e recebe apoios financeiros que considera suficientes para exercer convenientemente a sua atividade é igual à proporção que os considera insuficientes – e que apoiam a H_1 - a proporção de treinadores de atletismo, em Portugal, que trabalha e recebe apoios financeiros que considera suficientes para exercer convenientemente a sua atividade é diferente à proporção que os considera insuficientes. Portanto, para um nível de confiança de 95%, os dados não apoiam que a maioria (55%) dos treinadores de atletismo, em Portugal, exerce a profissão, mas não recebe apoios financeiros suficientes pelo seu trabalho. De notar ainda que os treinadores que consideram receber o suficiente, para serem treinadores a tempo inteiro, são efetivamente treinadores a tempo inteiro.

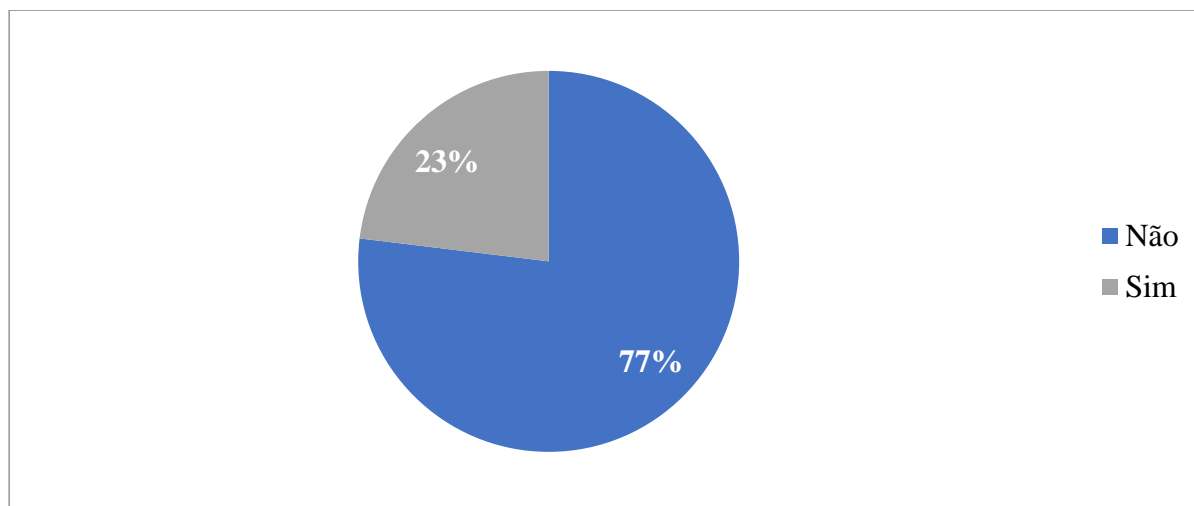


Figura 31: Se recebe apoio não financeiro

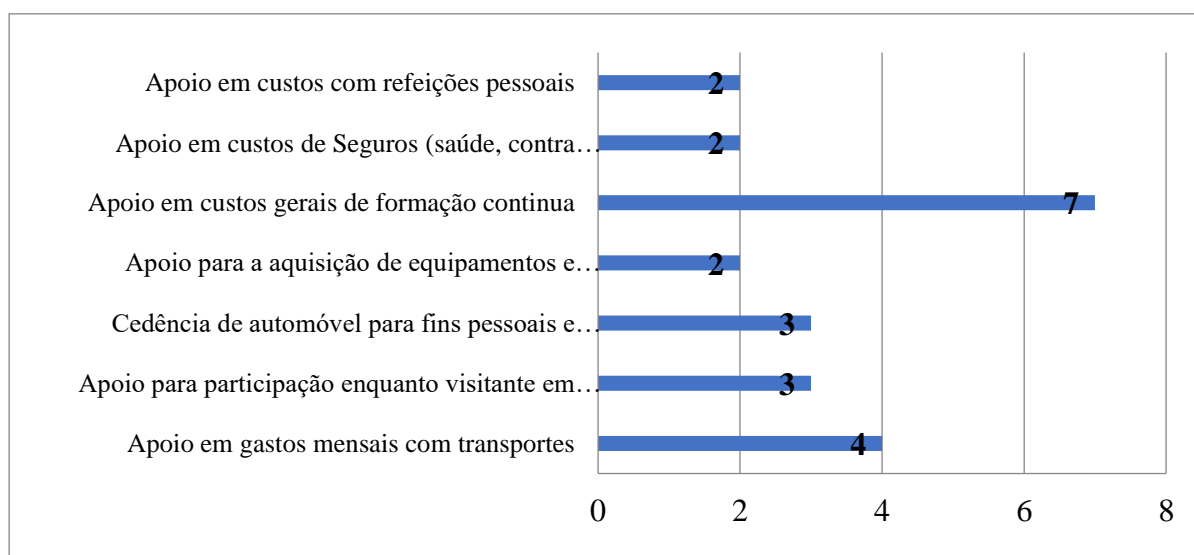


Figura 32: Tipo de apoio não financeiro

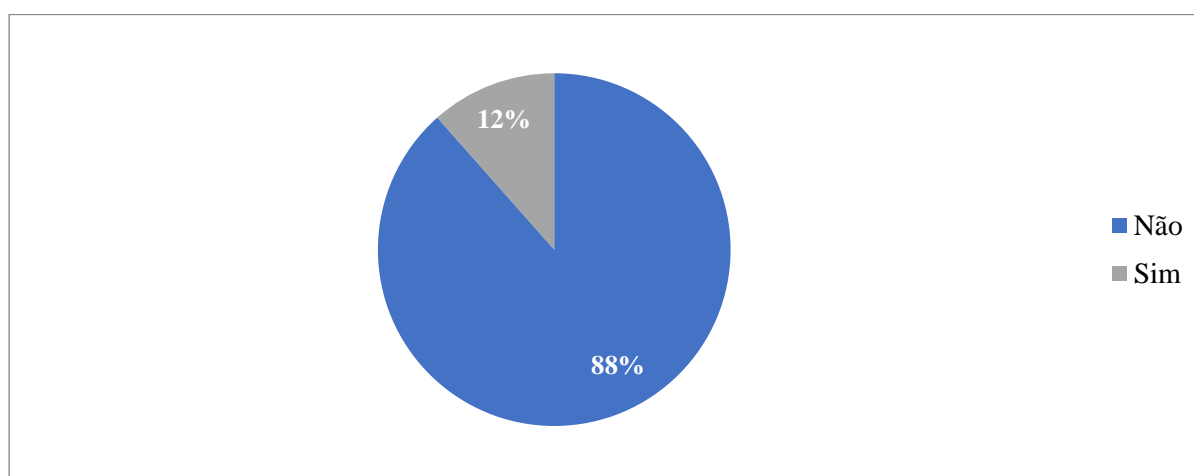


Figura 33: Se os apoios não financeiros são suficientes

Visto que 44% dos treinadores não recebe qualquer rendimento de forma regular e mesmo 55% dos que recebem consideram ser insuficiente, procuramos perceber se os treinadores recebiam outro tipo de apoio à sua atividade de treinador de desporto.

Questionados se recebiam outro tipo de apoios não financeiros (figura 31), quarenta treinadores (77%) afirmaram não receber qualquer tipo de apoio não financeiro, respondendo afirmativamente apenas doze treinadores (23%). De realçar que, não obstante da grande quantidade de treinadores que não recebem este tipo de apoios, vinte deles não recebem nem salário ou subsídio regular, nem outros apoios não financeiros.

Dos que recebem (n=12), a maioria afirma que recebe apoio ao nível dos custos com a formação contínua (58%), seguido do apoio com os gastos mensais em transportes (33%). Três treinadores (25%) recebem apoios para participação, enquanto visitantes em competições internacionais, três (25%) recebem também apoio ao nível da cedência de automóvel para fins pessoais e profissionais, dois (17%) têm apoio para a aquisição de equipamentos e vestuário pessoal para a atividade profissional como treinador, dois (17%) têm assegurados custos de seguros (saúde, contra terceiros, acidentes, e outros) e dois (17%) recebem apoio em custos com refeições pessoais.

Questionados se consideram que os apoios não financeiros que recebem são suficientes para exercerem convenientemente a sua atividade (figura 33), apenas seis treinadores (12%) responderam positivamente. Estes seis treinadores, como era previsível que acontecesse, são treinadores que já recebem apoios não financeiros.

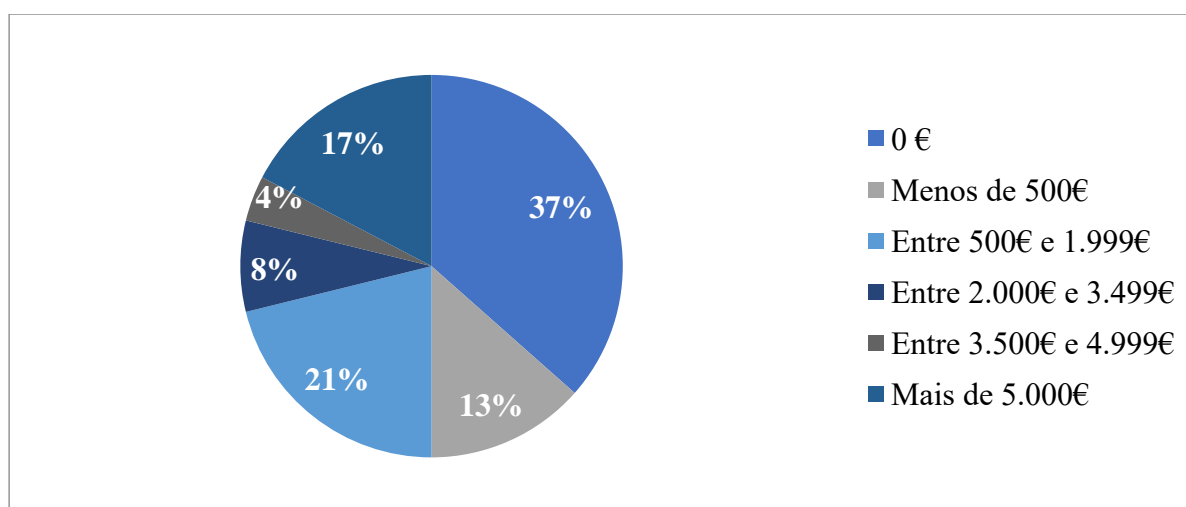


Figura 34: Montante de rendimento anual com as atividades de treinador

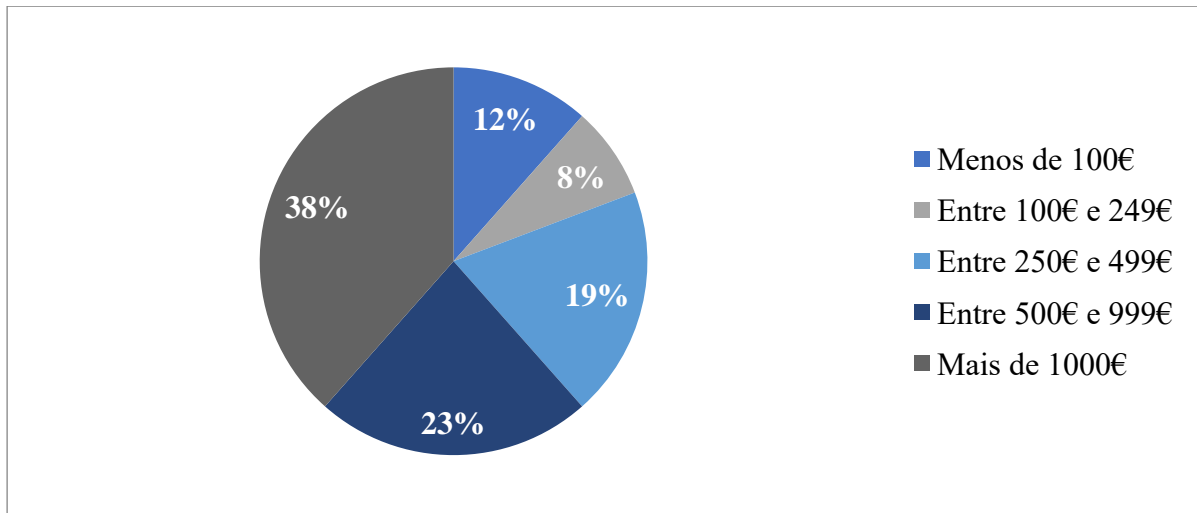


Figura 35: Gastos com a atividade de treinador

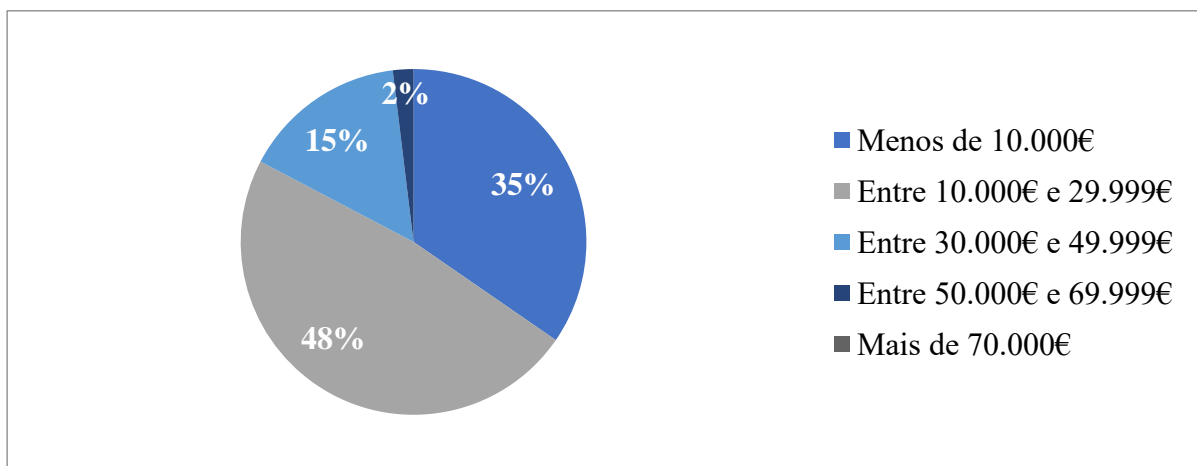


Figura 36: Rendimento bruto anual

Uma vez analisadas as formas utilizadas para a compensação da atividade dos treinadores de atletismo, tentamos agora medir os rendimentos totais anuais auferidos nesta atividade, incluindo salários, subsídios, bónus, prémios e outros rendimentos. Analisando a figura 34, percebemos que os rendimentos são extremamente baixos, existindo mesmo dezanove treinadores (37%) que não recebem qualquer euro na sua atividade de treinador e sete (13%) que recebem menos de 500 euros anuais. Onze treinadores (21%) recebem entre 500 euros e 1.999 euros anuais, o que pode representar por exemplo um valor mensal, a dez meses, inferior a duzentos euros. Quatro treinadores (8%) recebem entre 2.000 euros e 3.499 euros, dois treinadores (4%) recebem entre 3.500 euros e 4.999 euros, e apenas nove treinadores (17%) recebem anualmente mais de 5.000 euros. Sendo que, destes nove treinadores que auferem mais rendimento, quatro deles são os treinadores que trabalham a tempo inteiro.

Percebemos que os treinadores auferem um rendimento muito baixo e em simultâneo, muitos deles, também gastam do seu próprio dinheiro com as atividades de treino (figura 35), como deslocações para sessões de treino e competições, aquisição de equipamento, refeições, alojamento, despesas com formação profissional, entre outras. De realçar que vinte treinadores (38%) gastam mais de mil euros anuais com a sua atividade de treinador, e que vinte e um treinadores de atletismo indicaram que gastam mais do que aquilo que recebem, com as suas atividades anuais de treino. Facto este que representa mais uma situação alarmante para estes profissionais e que pode justificar em parte os baixos rendimentos brutos anuais no ano de 2018. Através da figura 36, podemos constatar que dezoito treinadores (35%) auferiram um rendimento bruto anual inferior a 10.000 euros, valor bem abaixo dos 19.837,5 euros de rendimento médio bruto disponível *per capita* em Portugal no ano de 2018. Perto da média nacional, estiveram vinte e cinco treinadores (48%) que auferiram, em 2018, entre 10.000 euros e 29.999 euros. Apenas oito (15%) auferiram entre 30.000 euros e 49.999 euros, e um (2%) auferiu em 2018 mais de 50.000 euros brutos anuais.

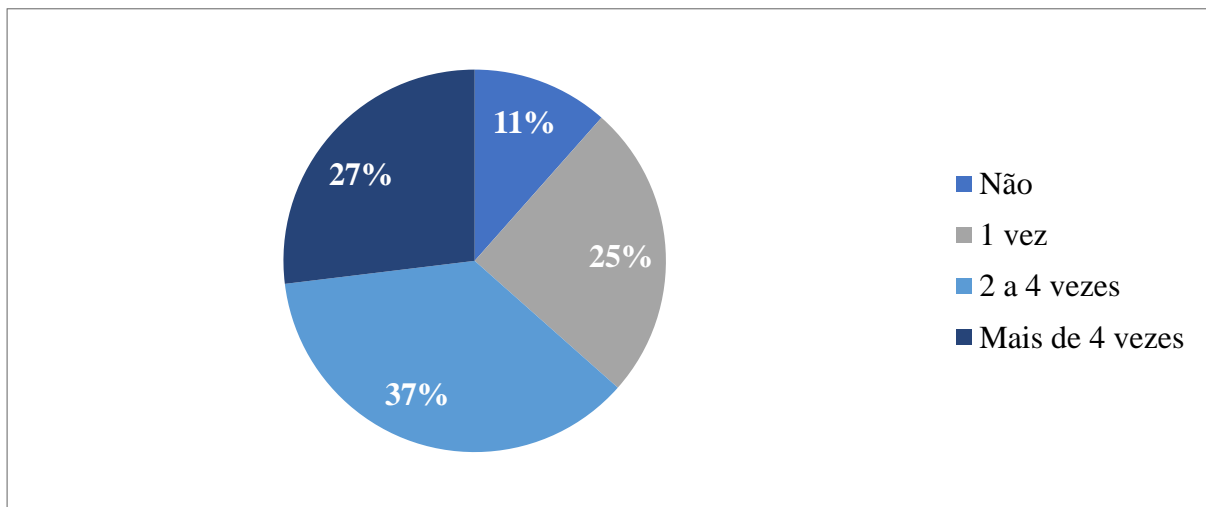


Figura 37: Presença em momentos de formação

Na terceira e última secção da última parte do questionário, abordamos o tema da formação profissional, de forma percebermos a perceção que os treinadores de atletismo têm relativamente a esta temática.

Tínhamos percebido anteriormente que os treinadores de atletismo do nosso estudo apresentavam bons níveis de qualificação profissional, existindo mesmo uma grande parte detentora do grau III, tentamos averiguar agora o nível de presença destes em momentos de

atualização / formação específica da modalidade, com creditação do IPDJ, como cursos de atualização, ações de formação, conferências e congressos (figura 37). Assim, percebemos que a preocupação pela procura de conhecimento e formação por parte dos treinadores se mantém elevada, uma vez que, dos cinquenta e dois treinadores do estudo, quarenta e seis (89%) assistiram a pelo menos um momento de atualização / formação nos últimos doze meses ao questionário. Destes quarenta e seis, dezanove (37%) estiveram presentes entre dois e quatro momentos de formação e quatorze (27%) estiveram presentes em mais de quatro.

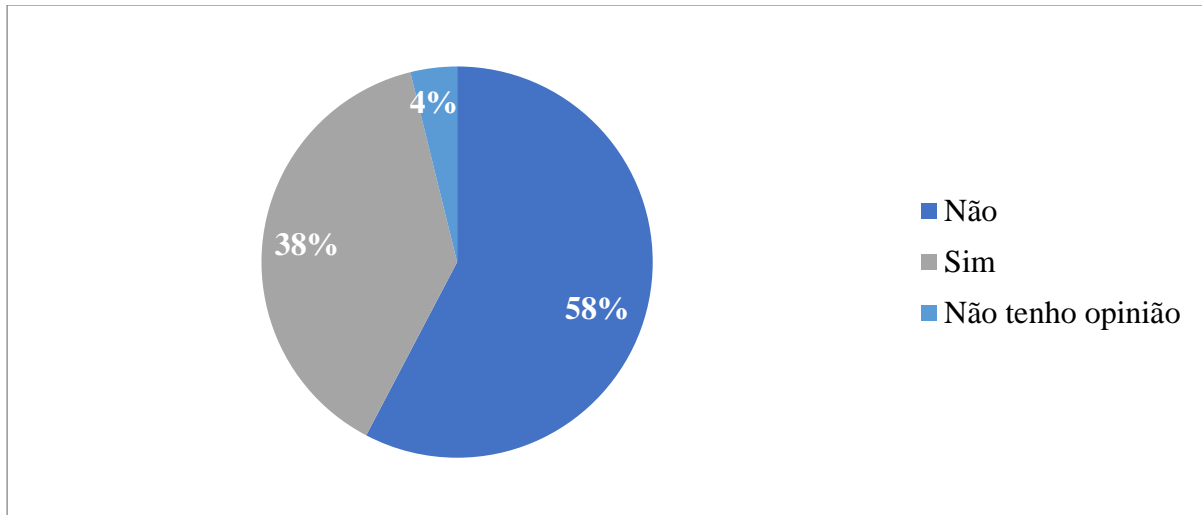


Figura 38: Se se organizam momentos de atualização / formação suficientes

Procuramos ainda perceber se os treinadores consideravam ou não que se organizam momentos de atualização / formação específica suficientes na modalidade de atletismo (figura 38). Podemos perceber que as opiniões se dividiram um pouco, no entanto prevaleceu um maior número de treinadores que consideram que existem momentos de atualização / formação insuficientes (trinta treinadores, representado 58%). Vinte treinadores (38%) consideram haver um número suficiente e dois (4%) não mostraram a sua opinião. De destacar que nove, dos quatorze treinadores que participaram em mais de quatro momentos de formação durante os últimos nove meses, consideraram que não se organizam momentos de formação específica para o atletismo suficientes em Portugal.

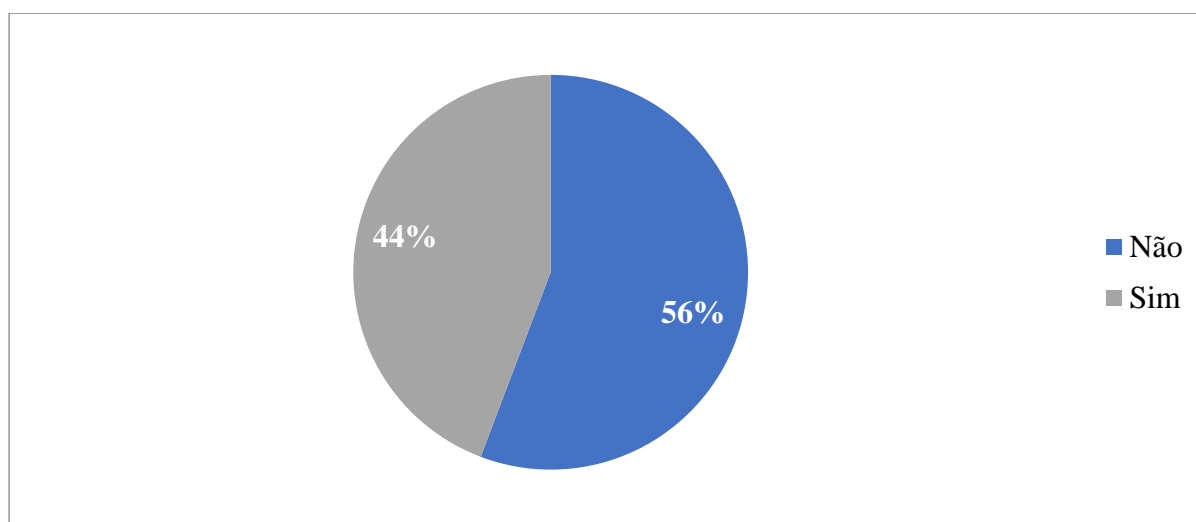


Figura 39: Se é adequada a forma como os treinadores são informados acerca de investigação

Questionamos também os treinadores de atletismo acerca do nível de adequação da forma como são informados acerca da investigação aplicada à sua modalidade desportiva (figura 39) e percebemos também que a maioria dos treinadores (56%) não considera que esta esteja a ser adequada.

Convidados a fazerem sugestões de melhoria no âmbito da divulgação dos resultados das investigações aplicadas ao atletismo, percebemos que grande parte dos treinadores incute a responsabilidade à FPA por uma maior iniciativa, procura, recolha e divulgação dos estudos referentes ao treino dos diversos setores do atletismo. Podendo, desta forma, contribuir para colmatar a “necessidade de maior aproximação entre o "sector científico" ligado à modalidade e a realidade vivida no terreno pelos treinadores”. Neto (2019) referiu que é imperioso valorizar o potencial dos atletas e melhorar o seu processo de treino, através da aplicação do conhecimento produzido nas nossas universidades e da cooperação e da convergência entre os diversos agentes desportivos envolvidos, nomeadamente atletas, treinadores, federações e Comité Olímpico. De forma a potenciar ao máximo as capacidades dos treinadores e de toda a experiência acumulada por alguns deve-se assim procurar que o Saber seja partilhado por treinadores de grande sucesso olímpico, por exemplo, em iniciativas específicas (Raposo, 2018). A partilha foi a palavra mais referenciada pelos treinadores.

Por fim, desafiamos os treinadores a proporem alguma medida que pudesse auxiliar o desenvolvimento da sua atividade como treinador. O grande foco recaiu maioritariamente nas questões da formação profissional, sendo de opinião generalizada a necessidade de um “maior número de momentos de formação, principalmente no norte” do país e do fomento de “ações

de formação com maior qualidade técnica”. A presença de treinadores de atletas de grande valia e dos próprios atletas nas formações poderiam constituir uma grande oportunidade de melhoria do interesse e da qualidade das ações de formação e partilha. Ainda no âmbito da formação, três treinadores referem a crescente necessidade de saber como se trabalha lá fora e de “conhecer os métodos e técnicas de treino utilizadas no estrangeiro”, pelo que a FPA deverá procurar encontrar formas de contacto com técnicos estrangeiros reconhecidos internacionalmente ou em alternativa, criar ou apoiar programas de “ intercâmbio de treinadores”, por exemplo. Reforçam ainda a ideia de que é necessário uma maior divulgação e partilha de conhecimento especialmente, uma “maior divulgação das novas formas de controlo do treino”.

CAPÍTULO IV

CONCLUSÃO

4.1. PRINCIPAIS CONCLUSÕES

Com o presente estudo pretendemos que seja possível, de um modo geral, uma maior compreensão do contexto em que o treinador de desporto exerce a sua atividade em Portugal, em especial, o contexto de trabalho do treinador de atletismo. Apesar das diversas adversidades encontradas durante o mesmo, consideramos que foi possível atingirmos os objetivos a que nos propusemos, uma vez que foi possível caracterizar a prática profissional do treinador de atletismo, percebendo que trabalha em condições algo desvantajosas e desadequadas para o seu bom desempenho.

No entanto, antes de passarmos às conclusões propriamente ditas, impõe-nos a identificação e reconhecimento de algumas limitações do estudo. Assim sendo, se por um lado, a pesquisa intensiva acerca da atividade dos treinadores de atletismo em particular permite-nos conhecer profundamente a realidade dos mesmos, por outro, esta apenas representa uma parte da realidade, não podendo os conhecimentos, daí resultantes, serem automaticamente transpostos para outras realidades de treinadores de outras modalidades. Representou também uma limitação, a dificuldade em recolher respostas por parte dos treinadores de atletismo, levando a que o estudo não conseguisse transpor, com um grau maior de confiança, as conclusões retiradas da amostra para a população. Por último, é necessário não esquecer que uma pesquisa é sempre delimitada no tempo. Como neste caso a recolha de dados foi efetuada entre julho e agosto de 2019, as considerações são reportadas a esse período em concreto.

Apesar das limitações encontradas, consideramos que, estando as mesmas devidamente identificadas e problematizadas, são preferíveis a estudos bem mais abrangentes e que levam à omissão de partes da realidade concreta. Abdicamos assim da tentativa ambiciosa de ter uma visão da realidade de todos os treinadores de desporto em Portugal, por uma análise mais delimitada no tempo e no espaço, de forma a não correremos o risco de obtermos uma análise desfasada da realidade.

Estudado o caso concreto do treinador de atletismo em Portugal, percebemos que este profissional do desporto caracteriza-se por ser maioritariamente do sexo masculino, com idade superior a trinta anos, com uma grande preocupação por aumentar os seus níveis de qualificação profissional e com uma média de vinte anos de experiência no treino da modalidade.

Percebemos que quase metade dos treinadores de atletismo possuíam o TPTD de grau III, que têm experiência em vários setores/vertentes do atletismo, que trabalharam praticamente com atletas de todos os escalões etários e que conseguiram conduzir os seus atletas a níveis de desempenho bastante elevados.

Podemos, assim, depreender os elevados níveis empenho destes profissionais para com a melhoria das competências relacionadas com o processo de treino da sua modalidade desportiva. O que leva a que os mesmos apresentem bons resultados desportivos e comprovem a sua qualidade e competência.

No mesmo sentido, conseguimos perceber que os treinadores de atletismo em Portugal despendem muitas horas no processo de treino, sendo que, semanalmente e em média, despendem entre vinte e duas e vinte e nove horas nas diversas tarefas associadas. Pautados pelo seu compromisso com a modalidade e com os seus atletas, não consideram mesmo assim este número de horas suficientes para conseguirem potenciar ao máximo os resultados. Pelos dados recolhidos, podemos verificar que, para um nível de confiança de 95%, a proporção dos treinadores que consideram não possuir tempo necessário para dedicar ao processo de treino está entre os 56,42% e os 81,58%. Pelo que podemos confirmar a hipótese de que **a maioria dos treinadores de atletismo, em Portugal, consideram não possuir o tempo necessário para dedicar ao processo de treino.** Sentem estes profissionais que necessitam mais horas por semana para exercer corretamente a sua atividade de treinador, indo de encontro a vários autores, como Lima (2018), que defendia que um bom treinador tem de dedicar-se “100% ao treino”, pelo que, o treinador de desporto deve exercer a sua atividade em exclusivo.

A dificuldade em conseguirem o número de horas suficiente para a atividade de treinador em muito poderá estar relacionada com o facto de quase a totalidade dos treinadores estar a exercer a atividade em tempo parcial. Facto refletido pelos dados recolhidos, em que, para um nível de confiança de 95%, verificou-se que a proporção de treinadores que exerce a profissão de treinador como atividade secundária está entre os 85,07% e os 99,55%. Comprova-se a hipótese de que **a grande maioria dos treinadores de atletismo, em Portugal, exerce a profissão como atividade secundária.** Pesa embora, considerarem o bom nível de apoio dos seus empregadores da profissão principal para com a sua atividade de treinador.

Não bastando exercer a atividade em tempo parcial, a maioria esmagadora dos treinadores trabalha sem contrato. Para um nível de confiança de 95%, verificou-se que a proporção de treinadores que trabalha sem contrato de trabalho está entre os 74,81% e os 94,43%,

confirmando-se assim, através dos dados recolhidos, a hipótese de que **a grande maioria dos treinadores de atletismo em Portugal trabalha sem contrato de trabalho**. Em proporções menores, mas também não menos alarmantes, verificamos que uma parte significativa trabalha sem receber qualquer tipo de salário ou subsídio regular. Dos que recebem, podemos observar, na nossa amostra, que a maioria dos treinadores que recebem apoios financeiros não os considera suficientes. No entanto, para um nível de confiança de 95%, podemos verificar que os intervalos de confiança para as proporções de treinadores que consideravam suficientes e os que consideram insuficientes se sobrepunham. Devido a estes valores verificados, não conseguimos com que ficasse evidenciada a veracidade da última hipótese estabelecida: os treinadores de atletismo, em Portugal, trabalham e recebem apoios financeiros que não consideram suficientes para exercerem convenientemente a sua atividade.

Percebemos que os clubes desportivos são a principal fonte de financiamento da atividade dos treinadores e que estes podem compensar o trabalho do treinador através de outro tipo de apoios não financeiros, como o apoio com gastos em formação, deslocações, alojamento, refeições, entre outras. No entanto, é apenas uma parte de treinadores muita pequena aquela que consegue usufruir de tais apoios. Existe mesmo uma parte significativa que não usufrui nem de um subsídio regular nem de apoios não financeiros.

Contabilizando os rendimentos totais anuais auferidos nesta atividade, incluindo salários, subsídios, bónus, prémios e outros rendimentos, no ano de 2018, metade dos treinadores de atletismo ou não receberam qualquer euro ou receberam menos de 500 euros anuais. Apesar de evidenciada a veracidade da quarta hipótese definida (uma parte significativa dos treinadores de atletismo em Portugal trabalha sem receber qualquer remuneração), a um nível de confiança de 90%, não conseguimos confirmar esta inferência para a população.

Não obstante dos rendimentos baixíssimos dos treinadores de atletismo, percebemos que muitos deles são mesmo obrigados a suportar custos para desempenhar a atividade. Cerca de 40% dos treinadores gasta mais de mil euros em gastos associados à atividade de treinador de desporto e a mesma proporção de treinadores gasta mais do que aquilo que recebe para desempenhar a função.

Com estas situações, não foi surpresa verificar os baixos rendimentos brutos anuais destes profissionais, sendo que grande parte auferiu menos rendimento do que a média nacional, no ano de 2018.

Surpresa sim, foi verificar que, apesar das condições muito difíceis, precárias e muito pouco reconhecidas dos treinadores de atletismo, estes ainda continuam a procurar formação contínua, de forma a se tornarem melhores profissionais. Quase a totalidade dos treinadores assistiu a pelo menos um momento de formação nos últimos 12 meses ao estudo e grande parte considera que deveria haver mais momentos de formação.

Percebemos, portanto, que existe um grande desfasamento entre o nível da qualidade e dedicação do treinador de atletismo e o nível das condições de trabalho a si proporcionadas.

4.2. PROPOSTAS E RECOMENDAÇÕES

Identificadas os aspetos que têm dificultado o exercício da atividade de treinador em Portugal e as condições bastante precárias destes profissionais, encontramos-nos agora em posição de formular algumas medidas que possam ajudar a atenuar ou resolver a situação.

Consideramos que é urgente e imprescindível que a atividade de treinador seja percebida como uma profissão tal como qualquer outra em Portugal. Dentro do mundo do desporto, ao papel do treinador é reconhecida muita importância, no entanto, é necessário consciencializar a sociedade em geral e aos órgãos legislativos em particular, da importância e poder da ação da atividade de um treinador de desporto na sociedade. Os direitos destes profissionais devem ser defendidos e preservados, não sendo apenas legislados os seus deveres. Assim como não é aceitável um professor lecionar sem a devida formação académica, também já não é aceitável nem permitido ser treinador sem a devida qualificação profissional. Na mesma lógica, o treinador também deve ter assegurado o seu direito de ser compensado pelo seu trabalho. Neste sentido, entendemos que as entidades de direito devem diligenciar para que exista no nosso ordenamento jurídico uma segurança jurídica que abranja os treinadores desportivos.

Para ser possível a defesa dos direitos e condições laborais dos treinadores de atletismo, consideramos ser fundamental a ativação da ATAP. É imprescindível que sejam os treinadores de atletismo a organizarem-se, identificarem as suas necessidades e lutarem pelos seus direitos, seja junto da FPA, da Associação de Treinadores de Portugal ou qualquer outro órgão de poder central. É fundamental que a ATAP se torne numa associação dinâmica e proativa na defesa do treinador de atletismo em Portugal.

Com a certeza de que muita informação nesta área de estudo está ainda por explorar, percebemos que é necessário um conjunto de esforços a diversos níveis para que as condições da prática profissional dos treinadores de desporto em Portugal melhorem significativamente.

Considerando que de muitas outras formas poderia ser abordado o tema das condições dos treinadores de desporto em Portugal, estamos convictos que os estudos na área do enquadramento jurídico-laboral destes profissionais possam constituir elementos imprescindíveis à defesa e melhoria da sua atividade.

O estudo de treinadores de desporto de outras modalidades em Portugal pode assumir também um papel extremamente relevante, dada a complexidade do fenómeno desportivo e as

especificidades de cada modalidade desportiva. Só conseguindo reunir as principais características, dificuldades e virtudes de cada uma dessas realidades é que estaremos mais próximos de encontrar soluções eficazes para defesa da posição do treinador de desporto em Portugal.

O nosso estudo é um mero contributo, no entanto, esperamos que possa constituir uma mais-valia e um pequeno passo para que se aumente a preocupação pelos profissionais do treino desportivo.

Não podemos esquecer que mantendo estes profissionais motivados e encorajados para a sua atividade, estamos a apostar na formação desportiva, mas fundamentalmente humana das nossas crianças e preservar a saúde dos nossos adultos, contribuindo para uma melhor sociedade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, C. (2001). *O Treinador em Portugal: Perfil social, caracterização da atividade e formação*. Instituto Nacional de Formação e Estudos do Desporto.
- Araújo, J. (1998). *Treinador, Saber estar, Saber ser*. Editorial Caminho.
- Araújo, J. (2009). *Ser Treinador*. Editorial Caminho.
- Bento, J. (2007). *Em defesa do Desporto*. Porto: Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, vol. 7, nº2.
- Castro, L. (2018). "Devemos ser uns dentro de campo e não mais uns". (Z. Luís Rocha Rodrigues, Entrevistador)
- Colaço, C., & Fleck, L. (2009). *Estratégias do desporto universitário: um estudo de caso sobre o desporto em universidades portuguesas*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa.
- Farromba, P. (2019). *Estratégia Nacional para o Desporto*. Tribuna Expresso.
- Ferreira, R. (2019). *A profissão... sim... a profissão... precária... de treinador de futebol*. Lateral Esquerdo.
- Frias, J. (2000). *A influência do Treinador*. Training.
- Jacinto, E. (2019). *Um número mínimo de treinadoras*. Tribuna Expresso.
- Lima, R. (2018). *Treinador: uma "nova" profissão*. Correio do Minho.
- Lima, T. (2000). *Saber treinar, aprende-se!* Ministério da Juventude e do Desporto / CEFD.
- Lopes, C. (2016). Cinco campeões contam o seu momento. *Diário de Notícias*.
- Marivoet, S. (2002). *Aspectos Sociológicos do Desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Meirim, J. (1994). *Direito do Desporto*. Revista SubJudice, n.º 8, p. 135.
- Mesquita, S. (2017). *O vínculo jurídico-laboral do Treinador Desportivo*, . Dissertação apresentada à Escola de Ciências Sociais e Humanas do Instituto Universitário de Lisboa.
- Mestre, A. (2014). *O Desporto na Lei*. Vida Económica.

- Neto, J. (2019). *É possível fazer melhor com o que há*. Tribuna Expresso.
- Neves, A. (2016). *Da organização e gestão do processo de treino e competição à análise das cargas por função na competição*. Relatório elaborado com vista à obtenção do Grau de Mestre em Treino Desportivo, Universidade de Lisboa.
- Nunes, P. (2005). *Lazer, turismo e desporto: a animação turísticodesportiva numa perspectiva de sustentabilidade*. Lisboa: Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de mestre em Gestão do Desporto, UTL/FMH.
- Pereira, M. (setembro de 1987). "Entrevista". (n. Treino desportivo, Entrevistador)
- Pereira, M. (2013). "Treinar todos os dias", o segredo do sucesso e outras frases de Moniz Pereira. *Observador*.
- Pereira, U. (2019). *O desporto vale mais do que aquilo que custa ao Estado*. Tribuna Expresso.
- Pires, G. (1998). *Desporto e Política - Paradoxos e Realidades*. Madeira: "O desporto".
- Raposo, A. (2018). Metodologia do treino é fundamental. (C. O. Portugal, Entrevistador)
- Raposo, A. (2018). *Profissão: Treinador*. Tribuna Expresso.
- Resende, R., Mesquita, I., & Romero, J. (2007). *Caracterização e representação dos treinadores acerca da formação de treinadores de Voleibol em Portugal*. Buenos Aires: Revista Digital.
- Rosa, B. (2014). *Ética no Desporto - Linhas Orientadoras para Treinadores*. iLIDH.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2007). *A formação para ser treinador*. Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa; Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.
- Sarmiento, J., Pinto, A., Costa, C., & Silva, C. (2011). *O evento desportivo como factor de desenvolvimento*. Revista Intercontinental de Gestão Desportiva, vol. 1, nº 1.
- Sequeira, P. (2019). Treinadores de Portugal: Agregar todos. (C. O. Portugal, Entrevistador) Comité Olímpico de Portugal.
- Toledo, R. (2006). *Gestão do Esporte Universitário: uma importante estratégia de marketing para as universidades*. São Paulo: Aleph.

FONTES

Carta Europeia do Desporto

Decreto-Lei n.º 407/99 de 15 de outubro – Regime jurídico da formação desportiva, no quadro da formação profissional inserida no mercado de emprego, bem como o regime de certificação profissional no âmbito do Sistema Nacional de Certificação Profissional.

Decreto-Lei n.º 248-A/2008, de 31 de dezembro – Regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto.

Lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro - Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto

Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto – Estabelece o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto.

Lei n.º 106/2019 de 6 de setembro - Regime de Acesso e Exercício da Atividade de Treinador Desportivo

Livro Branco sobre o Desporto, Comissão Europeia

Portaria n.º 326/2013, de 1 de novembro - Define os aspetos relativos às ações de formação contínua de treinador de desporto

Programa Nacional de Formação de Treinadores (2010), IPDJ

SÍTIOS CONSULTADOS NA INTERNET

Comité Olímpico de Portugal - www.comiteolimpicoportugal.pt

Federação Portuguesa de Atletismo - www.fpatletismo.pt

Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. - www.idesporto.pt

Pordata - www.pordata.pt

Treinadores de Portugal - www.treinadores.pt

ANEXOS

ANEXO 1

Questionário de caracterização da prática profissional do treinador de atletismo

Sobre este questionário

Este questionário tem como principal objetivo contribuir para o conhecimento mais sistematizado sobre as condições de trabalho dos treinadores de atletismo, em Portugal.

O conhecimento detalhado sobre a realidade da prática profissional dos treinadores de atletismo permitir-nos-á melhor sustentar a defesa das nossas propostas, com vista à melhoria das condições de trabalho destes profissionais, reforçando a sua intervenção e melhorando o desempenho das organizações que representam, em prol de um melhor atletismo português.

Constitui ainda uma oportunidade para a ATAP (Associação de Treinadores de Atletismo de Portugal) e outros organismos de direito exerçam a sua influência junto das diversas entidades que regulam o atletismo, enquadram e organizam este desporto, nas suas mais diversas vertentes.

Este questionário foi construído com base na análise e discussão de variados estudos/questionários, é anónimo e tem uma duração inferior a 10 minutos.

PARTE 1 – INFORMAÇÕES GERAIS

1. Exerce a atividade de treinador(a) de atletismo em que âmbito?

- a) Clube/associação desportiva;
- b) Grupo de Desporto Escolar;
- c) Associação Regional;
- d) Federação Nacional;
- e) Independente;
- f) Outra, qual: _____

2. Foi atleta federado(a)?

- a) Não
- b) de nível regional (Sem mínimos de participação em campeonatos nacionais)
- c) de nível nacional (com mínimos de participação em campeonatos nacionais)
- d) de nível internacional (com mínimos de participação em competições internacionais)
- e) outra, especifique: _____

3. Qual o seu género?

- Masculino
- Feminino

4. Qual o seu ano de nascimento? _ _ _ _ _

5. Qual a sua nacionalidade?

- Portugal
- Outra, qual: _____

PARTE 2: ESPECIALIZAÇÃO DOS TREINADORES

6. Qual a sua atual qualificação de treinador(a) de desporto (no cumprimento do disposto na Lei N.º 40/2012, de 28 de agosto)?

- a) Grau I
- b) Grau II
- c) Grau III

7. Em que ano obteve a sua atual qualificação de treinador(a) de desporto? _ _ _ _ _

8. Ao longo da sua carreira, como acedeu ao seu título profissional de treinador(a)?

8.1. De grau I?

- a) via cursos de treinadores no quadro do Plano nacional de formação de treinadores (PNFT)
- b) via formação académica (curso superior na área da educação física, desporto e motricidade humana)
- c) via qualificações obtidas no estrangeiro
- d) via reconhecimento, validação e certificação de competências profissionais (RVCC)

8.2. De grau II?

(responder apenas se possui título profissional de treinador de grau II ou superior)

- a) via cursos de treinadores no quadro do Plano nacional de formação de treinadores (PNFT)
- b) via formação académica (curso superior na área da educação física, desporto e motricidade humana)
- c) via qualificações obtidas no estrangeiro
- d) via reconhecimento, validação e certificação de competências profissionais (RVCC)

8.3. De grau III?

(responder apenas se possui título profissional de treinador de grau III)

- a) via cursos de treinadores no quadro do Plano nacional de formação de treinadores (PNFT)
- b) via formação académica (curso superior na área da educação física, desporto e motricidade humana)
- c) via qualificações obtidas no estrangeiro
- d) via reconhecimento, validação e certificação de competências profissionais (RVCC)

9. Exerce/exerceu a função de treinador(a) durante quantos anos? __

10. Em que setores/vertentes do atletismo trabalha/trabalhou como treinador(a)?

(pode seleccionar mais do que uma opção)

- a) Velocidade e Barreiras
- b) Saltos
- c) Lançamentos
- d) Meio-fundo e Fundo
- e) Marcha atlética

11. Qual considera ser a vertente do atletismo que melhor caracteriza o seu percurso como treinador(a)?

- a) Velocidade e Barreiras
- b) Saltos
- c) Lançamentos
- d) Meio-fundo e Fundo
- e) Marcha atlética

12. Durante o seu percurso como treinador(a) de atletismo, que experiência acumula nos diferentes escalões etários?

(indicar os anos de experiência em cada um dos escalões, se nunca treinou algum dos escalões, responder com "0")

12.1. Benjamins, infantis e iniciados? _ _

12.2. Juvenis e juniores? _ _

12.3. Sub-23 e seniores? _ _

12.4. Atletismo Adaptado? _ _

13. Analisando o seu currículo profissional, como caracteriza o nível desportivo global atingido pelos seus melhores atletas?

(responder apenas às questões relacionadas com os escalões que já treinou)

13.1. Benjamins, Infantis e Iniciados:

- a) Nível local (participantes em eventos de cariz não competitivo)
- b) Nível Regional (participantes em competições e campeonatos regionais)
- c) Nível Nacional (participantes em campeonatos nacionais)
- d) Finalista nacional (top 8 em campeonatos nacionais)
- e) Medalhado nacional (top 3 em campeonatos nacionais)
- f) Não se aplica

13.2. Juvenis e Juniores:

- a) Nível local (participantes em eventos de cariz não competitivo)
- b) Nível Regional (participantes em competições e campeonatos regionais)
- c) Nível Nacional (participantes em campeonatos nacionais)
- d) Finalista nacional (top 8 em campeonatos nacionais)
- e) Medalhado nacional (top 3 em campeonatos nacionais)
- f) Nível Internacional (participantes em campeonatos internacionais):
- g) Finalista internacional (top 8 em campeonatos internacionais)
- h) Medalhado internacional (top 3 em campeonatos internacionais)
- i) Não se aplica

13.3. Sub-23 e Seniores:

- a) Nível local (participantes em eventos de cariz não competitivo)
- b) Nível Regional (participantes em competições e campeonatos regionais)
- c) Nível Nacional (participantes em campeonatos nacionais)
- d) Finalista nacional (top 8 em campeonatos nacionais)
- e) Medalhado nacional (top 3 em campeonatos nacionais)
- f) Nível Internacional (participantes em campeonatos internacionais):
- g) Finalista internacional (top 8 em campeonatos internacionais)
- h) Medalhado internacional (top 3 em campeonatos internacionais)
- i) Não se aplica

13.4. Desporto Adaptado:

- a) Nível local (participantes em eventos de cariz não competitivo)
- b) Nível Regional (participantes em competições e campeonatos regionais)
- c) Nível Nacional (participantes em campeonatos nacionais)
- d) Finalista nacional (top 8 em campeonatos nacionais)
- e) Medalhado nacional (top 3 em campeonatos nacionais)
- f) Nível Internacional (participantes em campeonatos internacionais):
- g) Finalista internacional (top 8 em campeonatos internacionais)
- h) Medalhado internacional (top 3 em campeonatos internacionais)
- i) Não se aplica

PARTE 3: DESENVOLVIMENTO DA CARREIRA**3.1: ATIVIDADES COM TREINO**

14. Quantas horas por semana despende na sua atividade como treinador?

14.1. Horas por semana em tarefas de planificação e programação do treino?

- a) Menos de 2 horas
- b) Entre 2 a 5 horas
- c) Entre 6 e 10 horas
- d) Entre 11 e 15 horas
- e) Mais de 15 horas

14.2. Horas por semana em tarefas de monitorização e controlo de treino (presencialmente)?

- a) Menos de 5 horas
- b) Entre 5 a 10 horas
- c) Entre 11 e 15 horas
- d) Entre 16 e 20 horas

e) Mais de 20 horas

14.3. Horas por semana em outras tarefas?

a) Menos de 1 hora

b) Entre 1 e 2 horas

c) Entre 3 e 4 horas

d) Mais de 4 horas

15. Considera que o tempo que consegue despender por semana na sua atividade de treinador é o ideal e suficiente para potenciar o desenvolvimento desportivo dos seus atletas?

a) Sim

b) Não

16. Se respondeu “não”, necessitaria de quantas mais horas?

16.1. Em tarefas de planificação e programação do treino?

a) 1 hora

b) 2 horas

c) 3 horas

d) 4 horas

e) 5 horas ou mais

16.2. Em tarefas de monitorização e controlo de treino (presencialmente)?

a) 1 hora

b) 2 horas

c) 3 horas

d) 4 horas

e) 5 horas ou mais

16.3. Em outras tarefas?

a) 1 hora

b) 2 horas

c) 3 horas

d) 4 horas

e) 5 horas ou mais

3.2: EMPREGO

17. Qual a situação que melhor descreve a sua atividade profissional como treinador?

- a) Sou treinador a tempo inteiro (não exerço mais nenhuma profissão ou atividade remunerada)
- b) Sou treinador a tempo parcial (exerço outra profissão ou atividade remunerada)
- c) Sou treinador a tempo parcial, sendo simultaneamente estudante
- d) Outra situação, especifique _____

18. Se é treinador a tempo parcial o seu outro empregador apoia a sua atividade a que nível?

- a) Muito insuficiente
- b) Insuficiente
- c) Razoável
- d) Suficiente
- e) Bom
- f) Não se aplica

19. Tem um contrato de trabalho enquanto treinador?

- a) Não
- b) Sim, tenho um contrato de trabalho com a descrição das atividades que devo exercer enquanto treinador
- c) Sim, tenho um contrato de trabalho, mas não descreve as atividades que devo exercer enquanto treinador

20. Recebe um salário mensal ou outro subsídio regular?

- a) Não
- b) Sim

20.1. De quem recebe?

(pode assinalar mais do que uma opção)

- a) Nível público governamental
- b) COP
- c) FPA
- d) Associação Regional
- e) Clube
- f) Patrocinadores
- g) Atletas
- h) Outra, especifique: _____

20.2. Considera esse montante suficiente para suportar os seus custos de vida?

- a) insuficiente
- b) suficiente para ser treinador a part time
- c) suficiente para ser treinador a full time

21. Recebe outro tipo de apoio (não financeiros)?

- a) Não
- b) Sim

21.1. Se sim, de que tipo?

(pode selecionar mais do que uma opção)

- a) Apoio em gastos mensais com transportes
- b) Apoio para participação enquanto visitante em competições internacionais
- c) Cedência de automóvel para fins pessoais e profissionais
- d) Apoio para a aquisição de equipamentos e vestuário pessoal para a atividade profissional como treinador
- e) Apoio em custos gerais de formação continua
- f) Apoio em custos de Seguros (saúde, contra terceiros, acidentes, ...)
- g) Apoio em custos de assistência médica individual
- h) Apoio em custos com refeições pessoais
- i) Outros, especifique _____

21.2. Considera os apoios não financeiros que recebe suficientes para exercer convenientemente a sua atividade?

- a) Não
- b) Sim

22. Qual o montante de rendimento que recebe anualmente com as atividades de treinador (incluindo salários, bónus e prémios)?

- a) 0€
- b) Menos de 500€
- c) Entre 500€ e 1.999€
- d) Entre 2.000€ e 3.499€
- e) Entre 3.500€ e 4.999€
- f) Mais de 5.000€

23. Quanto do seu dinheiro pessoal gasta com as atividades anuais de treino (e.g., deslocações para sessões de treino e competições, aquisição de equipamentos, refeições e alojamento, etc.)?

- a) Menos de 100€
- b) Entre 100€ e 249€
- c) Entre 250€ e 499€
- d) Entre 500€ e 999€
- e) Mais de 1000€

24. Qual o seu rendimento bruto anual em 2018?

- a) Menos de 10.000€
- b) Entre 10.000€ e 29.999€
- c) Entre 30.000€ e 49.999€
- d) Entre 50.000€ e 69.999€
- e) Mais de 70.000€

3.3: FORMAÇÃO

25. Nos últimos 12 meses, assistiu a algum momento de formação com creditação específica (IPDJ) para a sua modalidade desportiva (curso de atualização, ação de formação, conferências, congressos, etc.)?

- a) Não
- b) 1 vez
- c) 2 a 4 vezes
- d) Mais de 4 vezes

26. Acha que se organizam momentos de atualização / formação específica suficientes na sua modalidade?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não tenho opinião

27. Considera adequada a forma como tem sido informado(a) sobre a investigação aplicada à sua modalidade desportiva?

- a) Sim
- b) Não – que sugere _____

28. Para o desenvolvimento da sua atividade como treinador (melhoria da qualidade da sua intervenção técnica), tem alguma(s) proposta(s) imediata(s)?

- a) Não
 - b) Sim – que sugere, indicando o que se deveria fazer e quem (entidade) deverá ser responsável por implementar a medida _____
-