



RELATÓRIO FINAL

# DIAGNÓSTICO DA PARTICIPAÇÃO DE MULHERES NA NATAÇÃO BRASILEIRA

## PARTE 2

BRUNA LINDMAN BUENO  
FLÁVIA DA CUNHA BASTOS

2024

# SUMÁRIO

## PARTE 1

### 1. INTRODUÇÃO 2

1.1. HISTÓRICO DA NATAÇÃO FEMININA NO BRASIL 4

1.2. REVISÃO DE LITERATURA 11

1.3. OBJETIVOS 16

### 2. ETAPA DOCUMENTAL 18

2.1. MÉTODOS 18

2.1.1. FONTE DE INFORMAÇÃO 18

2.1.2. ANÁLISE DOS DADOS 18

2.2. RESULTADOS E DISCUSSÃO 18

2.3. CONCLUSÃO 22

## PARTE 2

### 3. ETAPA DE CAMPO 24

3.1. METODOLOGIA 24

3.1.1. INSTRUMENTO 24

3.1.2. POPULAÇÃO E AMOSTRA 27

3.1.3. PROCEDIMENTOS DE COLETA 28

3.1.4. ANÁLISE DOS DADOS 28

3.2. RESULTADOS E DISCUSSÃO 28

3.2.1. PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO 28

3.2.2. O INÍCIO NO ESPORTE E NA NATAÇÃO 31

3.2.3. DIAGNÓSTICO DAS NADADORAS ATIVAS 35

3.2.3.1. PERFIL ESPORTIVO E CARACTERÍSTICAS DO TREINAMENTO 35

3.2.3.2. SUPORTES RECEBIDOS E ESTÍMULOS À PERMANÊNCIA 40

3.2.3.3. BARREIRAS E DIFICULDADES ENFRENTADAS 46

3.2.3.4. PERSPECTIVAS DE FUTURO 52

## PARTE 3

3.2.4. DIAGNÓSTICO DAS EX-NADADORAS 56

3.2.4.1. PERFIL ESPORTIVO E CARACTERÍSTICAS DO TREINAMENTO 56

3.2.4.2. SUPORTES RECEBIDOS 59

3.2.4.3. BARREIRAS E DIFICULDADES ENFRENTADAS 62

3.2.4.4. ATUAL RELAÇÃO COM A MODALIDADE E AÇÕES FUTURAS 68

3.3. CONCLUSÃO 72

### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS 76

### 5. RECOMENDAÇÕES 78

### 6. REFERÊNCIAS 80

### 7. APÊNDICES 84



# ETAPA DE CAMPO

## 3. ETAPA DE CAMPO

Esta segunda etapa foi desenvolvida visando levantar informações que possibilitaram atingir os seguintes objetivos específicos: “Identificar os principais suportes recebidos pelas nadadoras e ex-nadadoras e os fatores que estimulam a permanência das atletas na modalidade”; e “Identificar os principais fatores que dificultam a permanência de meninas e mulheres na prática competitiva da natação.”

### 3.1. METODOLOGIA

#### 3.1.1. INSTRUMENTO

Para a segunda etapa da pesquisa, o instrumento utilizado para coleta de dados foi um questionário. A elaboração e a construção do questionário foi pautada na literatura, tendo como base outros estudos que se debruçaram sobre as temáticas em diferentes contextos (BUENO, 2024; MONTEIRO et al., 2017; SALGUERO et al., 2003; SPLISS, 2015; TEIXEIRA et al, 2023). O questionário foi dividido em blocos, cujos temas centrais abordados foram o perfil (sociodemográfico e esportivo) das respondentes; os principais motivadores que levam ao início da prática da natação e as características desse estágio; os principais fatores que estimulam a permanência no treinamento competitivo da natação, bem como as principais barreiras que dificultam essa permanência; a ocorrência (ou não) de casos de violências, assédios e abusos na realidade da natação brasileira feminina; e as ações que se mostram mais necessárias para apoiar a maior participação de mulheres na modalidade.

Especificamente quanto à abordagem do tema sobre violências, assédios e abusos, é importante ressaltar que estas tiveram como embasamento a Política do COB (COB, 2021), cujo objetivo é de “estabelecer as diretrizes gerais a serem seguidas pela entidade e seus agentes no meio ambiente de trabalho (...), tendo em vista proporcionar mecanismos de prevenção, orientação, acolhimento, e tratamento nos temas atinentes ao assédio e abuso.”



O questionário foi elaborado levando-se em consideração os preceitos éticos em pesquisa. O Termo de Assentimento é uma demanda legal (BRASIL, 2016), fundamental para a apresentação da pesquisa aos responsáveis pelas crianças e adolescentes. O procedimento foi implementado no instrumento e, quando necessário, contou com o auxílio de dirigentes e dos(as) treinadores(as) das atletas. Foi esclarecida a natureza da pesquisa, a não obrigatoriedade em participar e a liberdade de não responder a quaisquer questões que pudessem ser consideradas desconfortáveis, demandas de envolvimento dos participantes, a metodologia de investigação, os possíveis riscos e desconfortos, a confidencialidade das participantes e dos dados, bem como os benefícios da pesquisa.

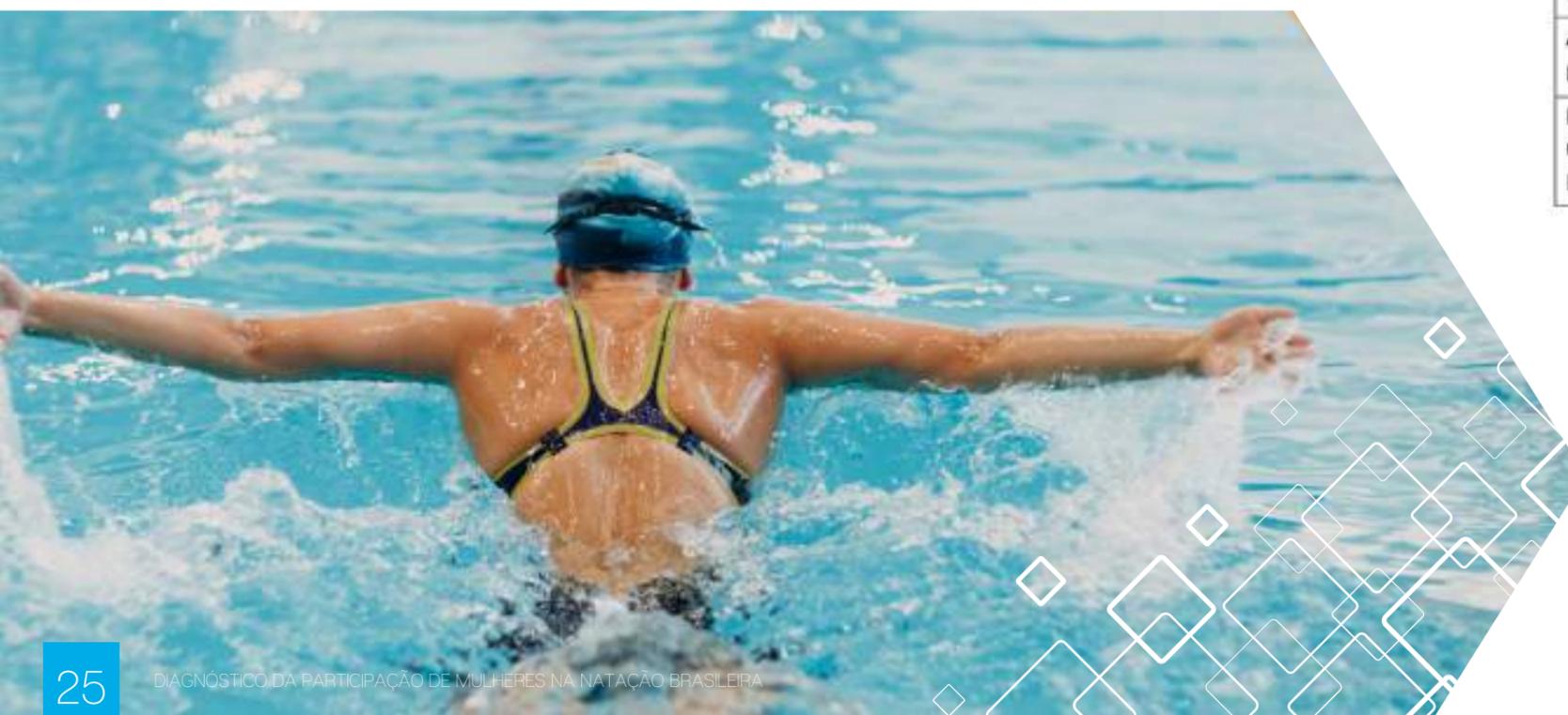
Para o processo de validação do questionário elaborado, foi empregada uma coleta de dados piloto a fim de verificar a compreensão das questões por parte das respondentes e a pertinência das perguntas desenvolvidas. O questionário piloto foi enviado a meninas e mulheres escolhidas por conveniência mas buscando atingir um perfil diverso de participantes. Assim, o piloto foi respondido por 4 atletas (uma Infantil 1; uma Juvenil 1; uma Júnior 2 e uma Sênior) e 3 ex-atletas. Destas, 5 são brancas, 1 preta e 1 parda; 4 são de Limeira, 2 de Campinas e 1 de Mogi Guaçu. A partir das sugestões feitas pelas respondentes, foram realizados pequenos ajustes no questionário, sobretudo com relação à clareza das questões.

Assim, o instrumento final foi aprovado em conjunto com os responsáveis pelo projeto, tanto no COB quanto na CBDA. O instrumento **Diagnóstico da participação de mulheres na natação brasileira** (Apêndice 1), é composto pela seguinte estrutura (Quadro 2).

Quadro 2 - Estrutura do questionário

ESTRUTURA DO QUESTIONÁRIO	
<b>PARA NADADORAS ATIVAS E EX-NADADORAS</b>	
TEMA DAS QUESTÕES	TIPO DE QUESTÃO
Termo de assentimento e concordância em participar	1 questão obrigatória
Perfil sociodemográfico da respondente	12 questões (3 abertas e 9 fechadas)
Características do início no esporte e na natação; Principais fatores que estimularam o início da prática da natação.	8 questões fechadas
<b>PARA NADADORAS ATIVAS</b>	
Perfil esportivo da respondente	9 questões fechadas
Suportes recebidos que contribuem com a permanência na modalidade; Principais fatores que estimulam a permanência na modalidade.	5 questões fechadas
Principais fatores que dificultam a permanência na modalidade; Ocorrência de violências, assédios e abusos no contexto da natação.	5 questões fechadas
Perspectivas de futuro pessoal com a natação; Principais ações para fortalecer a natação feminina no Brasil.	2 questões fechadas
Espaço para compartilhar alguma experiência vivida sendo uma mulher na natação brasileira; Informar contato ou deixar comentários sobre a pesquisa.	2 questões abertas
<b>PARA EX-NADADORAS</b>	
Perfil esportivo da respondente	8 questões (1 aberta e 7 fechadas)
Suportes recebidos que contribuíram com a permanência na modalidade.	2 questões fechadas
Principais fatores que dificultaram a permanência na modalidade; Ocorrência de violências, assédios e abusos no contexto da natação.	5 questões fechadas
Atual relação com a natação; Principais ações para fortalecer a natação feminina no Brasil.	2 questões fechadas
Espaço para compartilhar alguma experiência vivida sendo uma mulher na natação brasileira; Informar contato ou deixar comentários sobre a pesquisa.	2 questões abertas

Fonte: elaborado pelas autoras



### 3.1.2. POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população considerada para a etapa de campo foi a das nadadoras ativas confederadas à CBDA entre as categorias Infantil 1 e Sênior, bem como a população formada por ex-nadadoras. Conforme levantado na etapa documental, a partir dos dados disponibilizados pela Bigmidia, a população de nadadoras ativas no ano de 2023 nas categorias consideradas foi de 2962 atletas. Já com relação ao universo das ex-nadadoras, não há registro de informações acerca desse número. A partir desses dados, foi traçada a meta de alcançar uma amostra de aproximadamente 1250 respostas entre nadadoras em atividade e ex-nadadoras.

Ao todo foram recebidas 1230 respostas. Entretanto, 30 delas foram desconsideradas principalmente pelo fato de estarem duplicadas, ou por serem de nadadoras de categorias inferiores à Infantil 1 (não abarcadas pelo estudo). Deste modo, ao todo o questionário contou com 1200 respostas válidas (Tabela 2).

Tabela 2 - Quantidade de respostas recebidas

CATEGORIA	RESPOSTAS RECEBIDAS
Infantil 1 (13 anos)	102
Infantil 2 (14 anos)	107
Juvenil 1 (15 anos)	111
Juvenil 2 (16 anos)	81
Júnior 1 (17 anos)	51
Júnior 2 (18 e 19 anos)	68
Sênior (≥ 20 anos)	97
Master	204
Ex-atletas	377
Prefiro não responder	2
<b>TOTAL</b>	<b>1200</b>

Fonte: elaborado pelas autoras

Nota-se que foram obtidas respostas também de nadadoras Master (204), porém, como o foco principal da pesquisa reside entre as nadadoras das categorias Infantil a Sênior, as mesmas não foram utilizadas para fins de análise. Ainda assim, as respostas recebidas pelas atletas Master estão apresentadas no Apêndice 2. Portanto, das 1200 respostas válidas recebidas, foram consideradas para a análise as 994 respostas obtidas das nadadoras ativas entre Infantil 1 e Sênior e das ex-nadadoras.

### 3.1.3. PROCEDIMENTOS DE COLETA

Os questionários foram disponibilizados no formato online, com o intuito de alcançar um maior número de respondentes. Nesse sentido, vale ressaltar que a colaboração sobretudo dos(as) treinadores(as) foi fundamental para impulsionar a coleta dos dados, visto que são um importante elo de comunicação entre a pesquisa e as nadadoras e ex-nadadoras respondentes.

Para tanto, foram disponibilizados nas redes sociais oficiais da CBDA e em outros veículos de comunicação o link e QRCode que dão acesso ao questionário. Além disso, a divulgação da pesquisa também foi impulsionada por meio de vídeos gravados com nadadoras e ex-nadadoras de alto rendimento do país, nos quais elas chamam a atenção para a importância desta pesquisa e convidam meninas e mulheres a participarem. O questionário também foi divulgado durante os Congressos Técnicos de Campeonatos Nacionais (Apêndice 3), absolutos e de categoria, promovidos pela CBDA (com destaque para a Seletiva Olímpica Brasileira realizada entre 06 e 11 de maio de 2024) e de alguns Campeonatos Estaduais de categoria, promovidos pelas Federações.

### 3.1.4. ANÁLISE DOS DADOS

A análise das informações obtidas por meio do questionário partiu primeiro para uma organização e tratamento dos dados para posterior análise por parte das pesquisadoras. Os dados coletados foram analisados separadamente conforme as seguintes categorias: Atletas ativas (Infantil, Juvenil, Júnior e Sênior) e Ex-atletas, a fim de identificar similaridades e diferenças entre elas. Foi empregada a estatística descritiva com análise das frequências absolutas e percentuais das respostas obtidas para cada uma das questões.

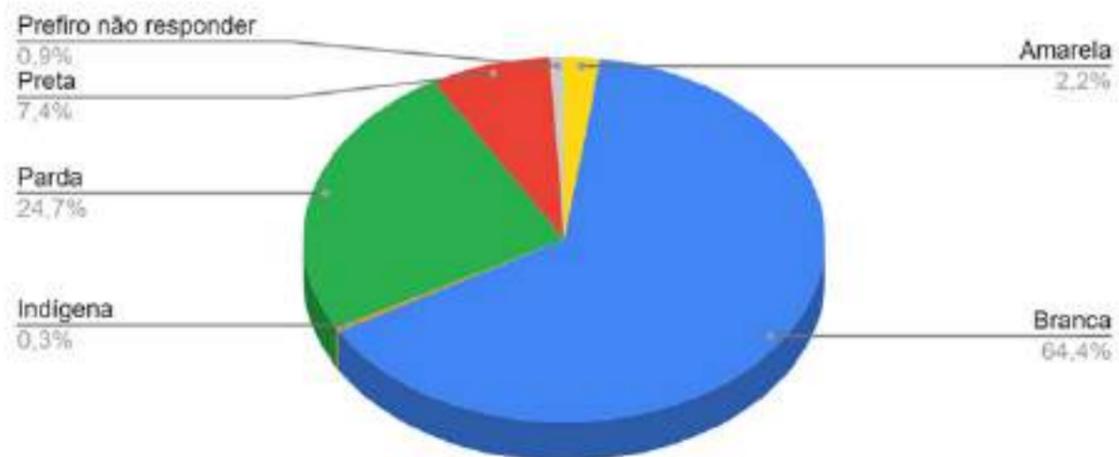
## 3.2. RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 3.2.1. PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO

Essa seção inicial do questionário visou traçar o perfil social, demográfico e econômico das participantes da pesquisa e foi destinada tanto às nadadoras ativas quanto às ex-nadadoras, contando com um total de 994 respostas.

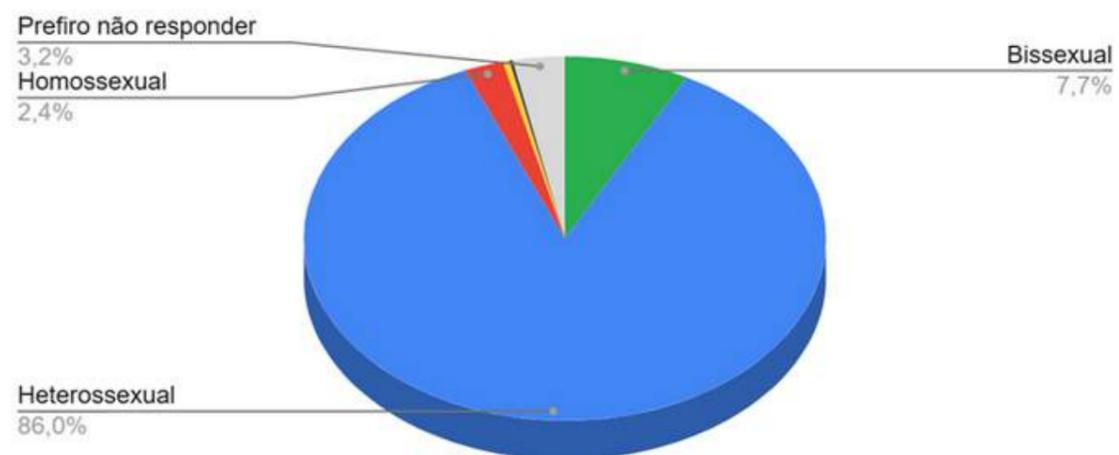
A seguir estão indicadas a cor ou raça das respondentes (Figura 6), bem como sua orientação sexual (Figura 7) e estado civil (Figura 8). Nota-se que há uma predominância de participantes brancas (64%) e pardas (25%), heterossexuais (86%) e solteiras (81%).

Figura 6 - Cor ou raça das participantes da pesquisa



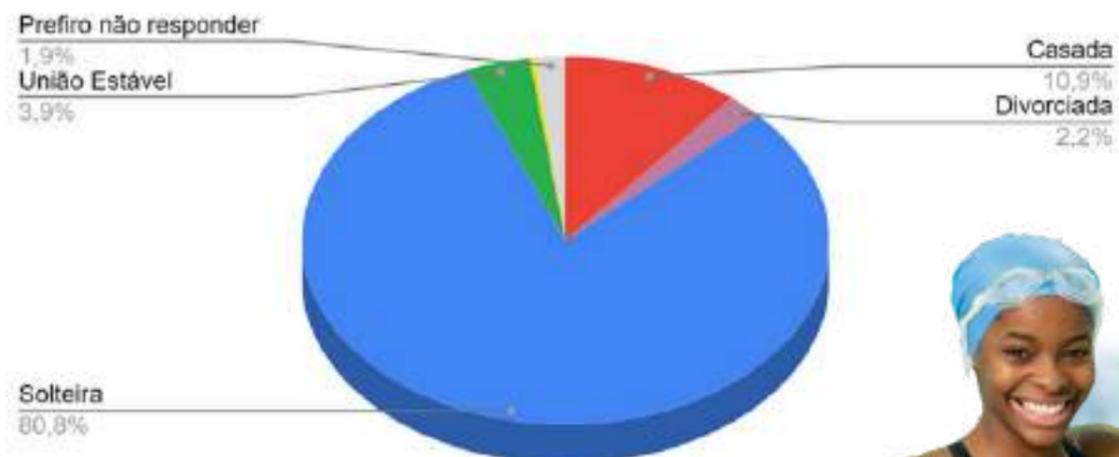
Fonte: elaborado pelas autoras

Figura 7 - Orientação sexual das participantes da pesquisa



Fonte: elaborado pelas autoras

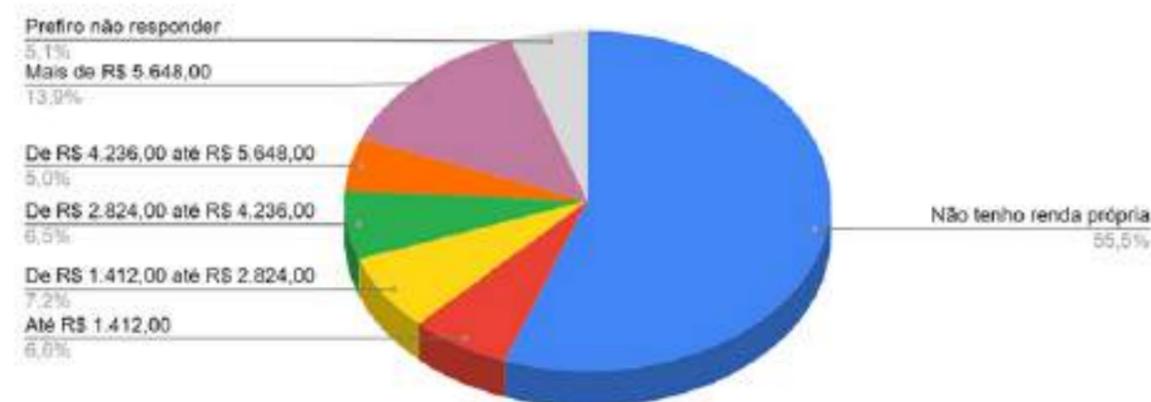
Figura 8 - Estado civil das participantes da pesquisa



Fonte: elaborado pelas autoras

Já com relação ao perfil socioeconômico das atletas e ex-atletas, a Figura 9 indica que a maior parte das participantes não possui renda própria (55%). Esta é uma característica principalmente das nadadoras menores de 18 anos, que representam aproximadamente 48% das respondentes do questionário.

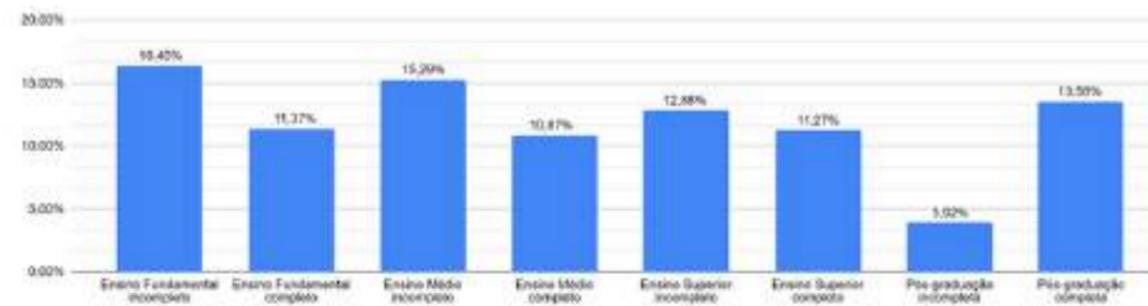
Figura 9 - Renda mensal das participantes da pesquisa



Fonte: elaborado pelas autoras

Como a pesquisa foi respondida por meninas e mulheres de idades variadas, o nível de escolaridade das participantes também foi bastante diverso (Figura 10).

Figura 10 - Nível de escolaridade das participantes da pesquisa

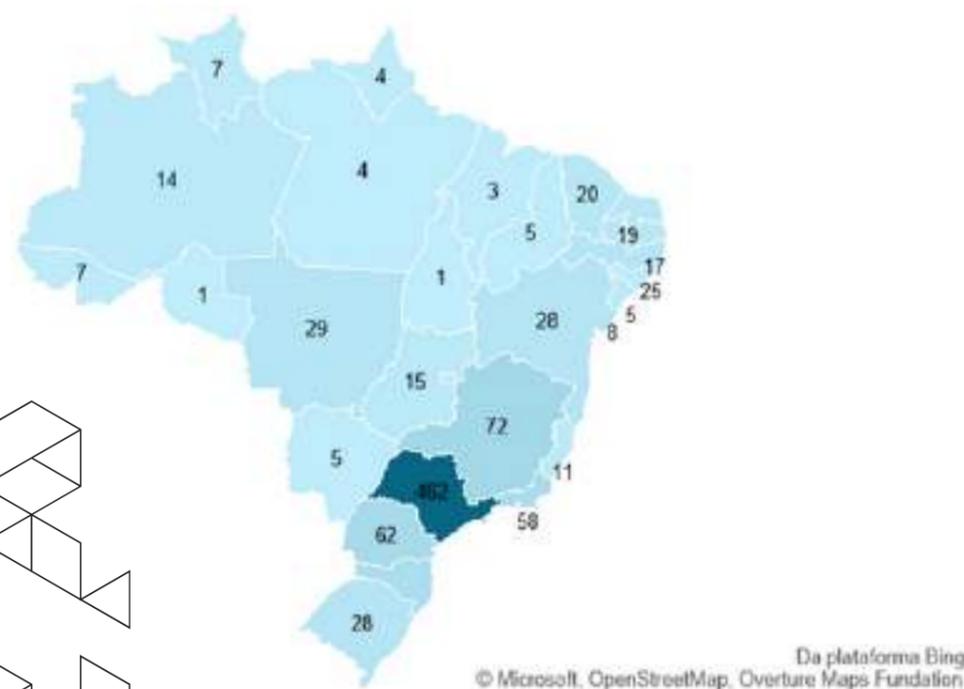


Fonte: elaborado pelas autoras

Por fim, com relação ao Estado do país onde moram as nadadoras e ex-nadadoras participantes (Figura 11), observa-se uma predominância relevante de São Paulo, no qual residem 46% das respondentes. Seguido dele estão os Estados de Minas Gerais (7%), Paraná (6%), Rio de Janeiro (6%) e Santa Catarina (5%). Somando todas as respostas obtidas de cada Estado, 61% das respostas são provenientes da região Sudeste, 14% da região Sul, 13% da região Nordeste, 6% da região Centro-Oeste, 4% da região Norte e 2% das respondentes preferiram não indicar o Estado onde residem.

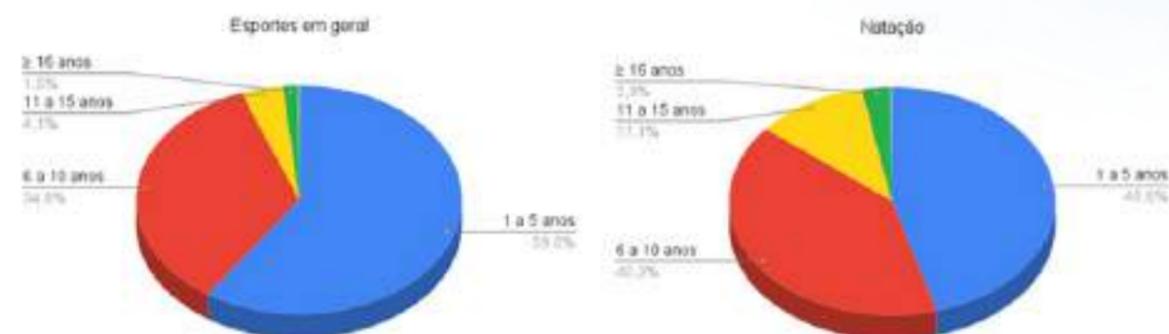


Figura 11 - Estado de moradia das participantes da pesquisa



Fonte: elaborado pelas autoras

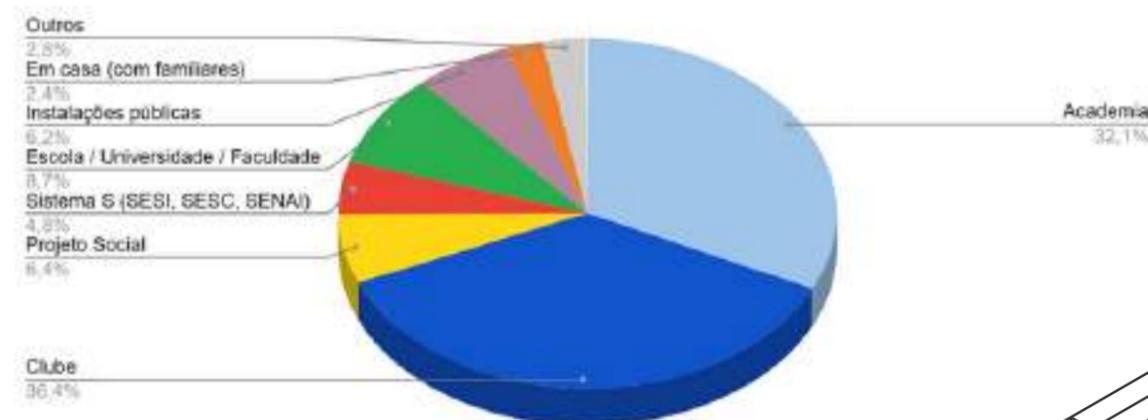
Figura 12 - Idade em que as participantes iniciaram a prática de esportes em geral e a prática da natação



Fonte: elaborado pelas autoras

Com relação ao local e ao público com o qual ocorreu o início da prática da natação, este se deu sobretudo em clubes (36%) e em academias (32%) (Figura 13), e com grupos mistos de praticantes (96%) (Figura 14). Estes dados apontam que o acesso à natação no país acontece sobretudo dentro do setor privado, o que requer um investimento financeiro próprio por parte de seus usuários. O percentual de meninas e mulheres que ingressaram na prática da natação dentro do setor público se mostra inferior. Para se aumentar a quantidade de praticantes da modalidade no país seria necessário que os Governos Municipais, Estaduais e Federal investissem na construção e/ou melhoria e manutenção das piscinas públicas, e colocassem em prática programas de iniciação esportiva, além da divulgação deste, pois muitas vezes existe a oferta gratuita da atividade de natação para a população, mas muitas pessoas não conhecem ou não sabem de forma clara sobre os procedimentos de inscrição nos programas.

Figura 13 - Local onde as participantes iniciaram a prática da natação



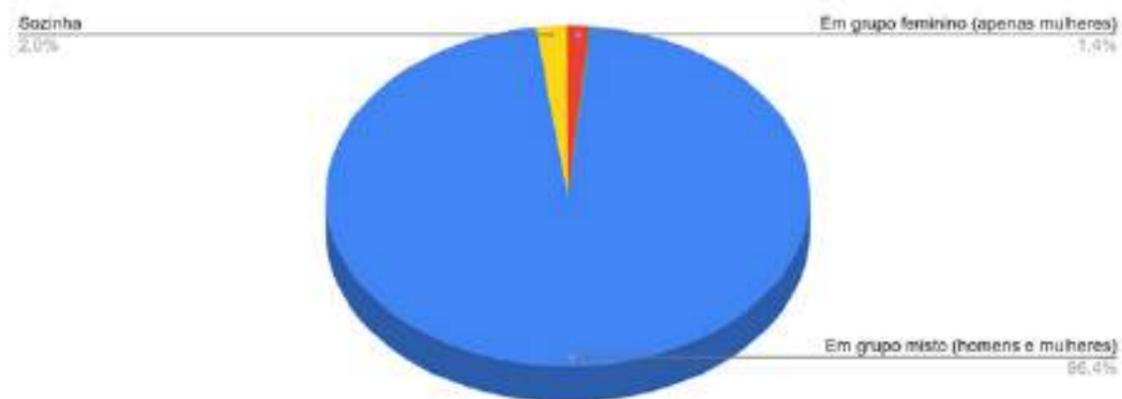
Fonte: elaborado pelas autoras

### 3.2.2. O INÍCIO NO ESPORTE E NA NATAÇÃO

Essa seção do questionário foi destinada tanto às nadadoras ativas quanto às ex-nadadoras e contou com um total de 994 respondentes válidas. Nela foram perguntadas às atletas e ex-atletas acerca da idade em que iniciaram a prática esportiva, o local onde se deu o início da prática e o público com que praticaram, bem como os fatores pessoais, estruturais e sociais que inicialmente as estimularam a praticar a natação.

A Figura 12 indica a idade em que as participantes iniciaram tanto a prática de esportes em geral (isto é, em modalidades esportivas variadas) quanto a prática de natação especificamente. Observa-se que a maioria das respondentes iniciaram a prática esportiva no geral antes da prática de natação. Isso leva a crer que a natação não tenha sido, necessariamente, a primeira modalidade de interesse das atletas e que elas podem ter experimentado uma variedade de práticas esportivas antes da natação. A maior parte das participantes iniciou a prática esportiva antes dos 6 anos de idade (59%). Já na natação, a idade de ingresso se mostrou bastante diversificada, mostrando que o interesse para iniciar a prática da modalidade acontece em diferentes idades - fato que possivelmente esteja atrelado à motivação de aprender a nadar para sobreviver em meio líquido.

Figura 14 - Público com o qual as participantes iniciaram a prática da natação

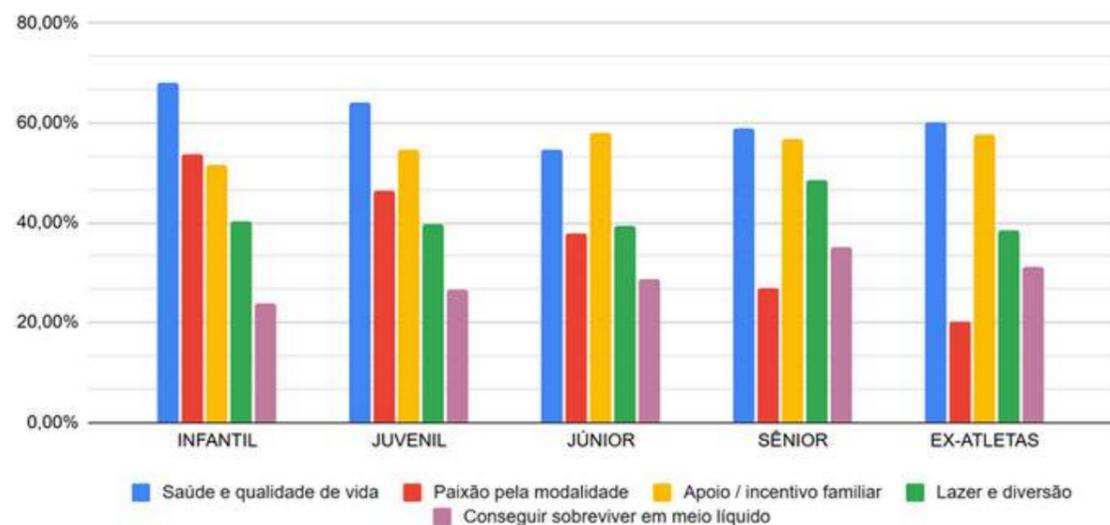


Fonte: elaborado pelas autoras

No que diz respeito aos motivos que estimularam o início da prática da natação, o questionário identificou os principais fatores, de acordo com os seguintes eixos: fatores pessoais e de relacionamento; fatores estruturais; e fatores sociais. A seguir serão apresentados os fatores que se mostraram mais comuns para cada categoria de nadadoras em atividade (Infantil, Juvenil, Júnior e Sênior) e para as ex-nadadoras.

A Figura 15 traz os fatores pessoais e de relacionamento mencionados pelas respondentes. Dentre eles, os que se mostraram mais frequentes foram “Saúde e qualidade de vida” e o “Apoio / incentivo familiar”. Nota-se também que a “Paixão pela modalidade” para as atletas mais jovens é um fator que exerce bastante influência para iniciar a prática da natação. Com o avanço da idade das respondentes, esse fator passa a ser menos decisivo para o ingresso na modalidade.

Figura 15 - Principais fatores pessoais e de relacionamento que estimularam o início da prática da natação

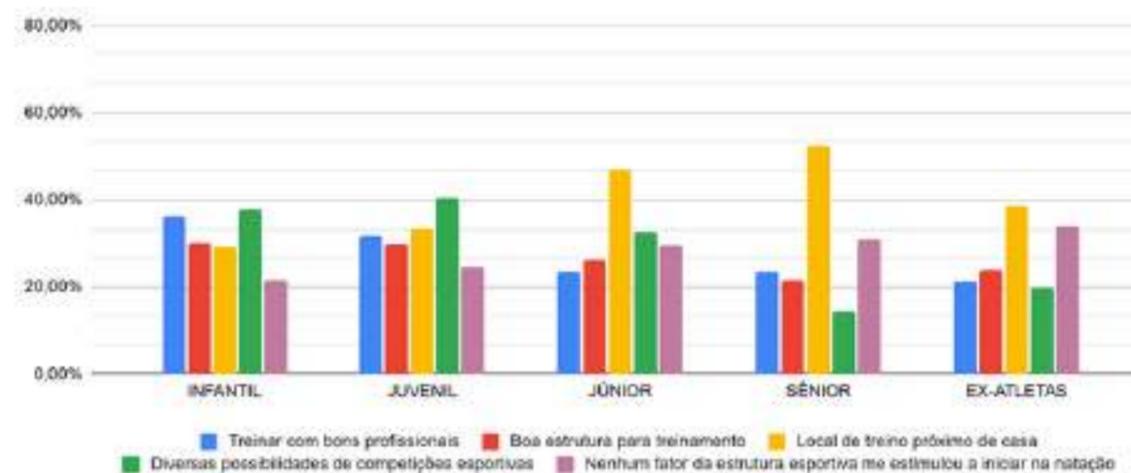


Fonte: elaborado pelas autoras

Além dos fatores presentes na Figura 15, especificamente na categoria Infantil, outros dois motivadores pessoais que aparecem em mais de 30% das respostas foram “Superar a mim mesma” e “Desejo por ganhar competições”. Este último também aparece com alta frequência na categoria Juvenil, acompanhado de “Ocupar o tempo livre”.

Quanto aos fatores estruturais que estimularam o início da prática de natação, a Figura 16 apresenta aqueles que se mostraram mais frequentes. Observa-se que ter um “Local de treino próximo de casa” é um fator que se mostra mais frequente conforme o avanço da categoria, ao passo que os demais motivadores diminuem. Este crescimento também acontece com a quantidade de atletas e ex-atletas que indicaram não terem tido fatores estruturais que as estimularam a iniciar a prática da natação.

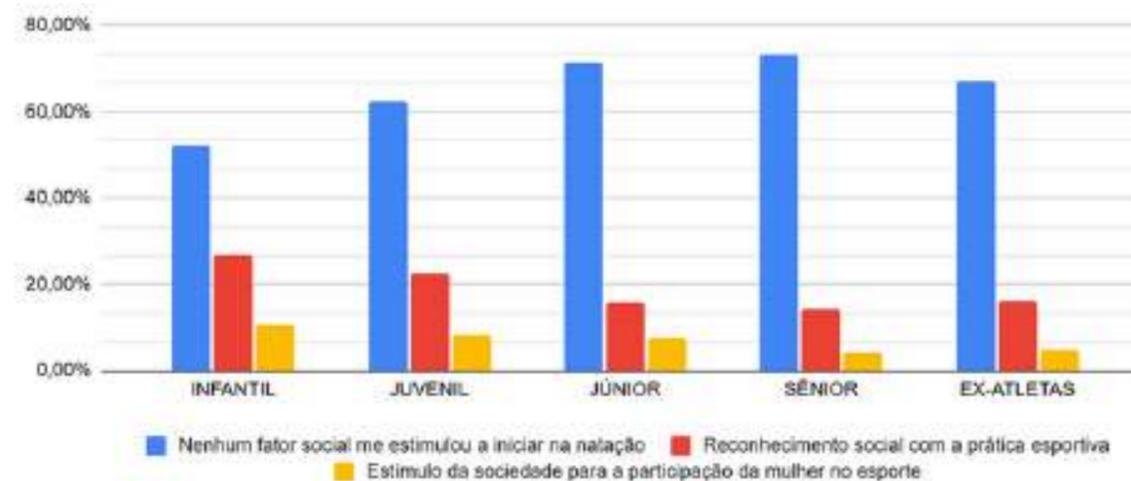
Figura 16 - Principais fatores estruturais que estimularam o início da prática da natação



Fonte: elaborado pelas autoras

Por fim, com relação aos fatores sociais há uma forte predominância de respostas indicando que não houve nenhum fator social que motivou as respondentes a iniciarem a prática de natação (Figura 17). Nota-se ainda que a participação da mulher no esporte é algo ainda pouco estimulado pela sociedade, sendo um fator de estímulo mencionado por menos de 10% das nadadoras e ex-nadadoras participantes.

Figura 17 - Principais fatores sociais que estimularam o início da prática da natação



Fonte: elaborado pelas autoras

Assim, com relação aos diversos fatores que podem estimular o início da prática da natação, os resultados do questionário indicam que os maiores motivadores para ingressar na modalidade são de caráter pessoal da própria praticante. A partir das figuras acima nota-se que alguns dos fatores pessoais e de relacionamento foram mencionados por mais de 50% das respondentes, ao passo que a maioria dos fatores estruturais foi mencionada, em média, por apenas 30% das atletas e ex-atletas, enquanto os fatores sociais por menos de 15% delas. Esses dados sugerem que existem falhas estruturais e sociais que dificultam o ingresso na natação (boas piscinas, bons profissionais, incentivo e espaços apropriados para a prática feminina, dentre outros). Para haver um aumento no número de praticantes da modalidade, sobretudo entre crianças e jovens, é necessário investir e aprimorar os diferentes fatores estruturais e sociais apresentados para que esses deixem de ser uma barreira ao ingresso na modalidade.

### 3.2.3. DIAGNÓSTICO DAS NADADORAS ATIVAS

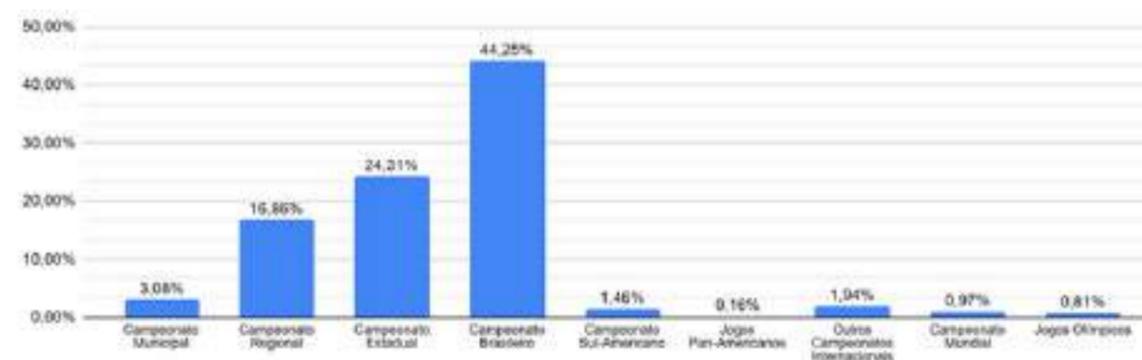
A seguir serão apresentadas as informações coletadas junto às participantes da pesquisa que são nadadoras ativas entre as categorias Infantil e Sênior (617 respondentes). Os dados obtidos trazem (1) o perfil esportivo das atletas e as características de seus treinamentos; (2) os suportes recebidos e os fatores que as estimulam a permanecerem na natação; (3) as barreiras enfrentadas que dificultam a permanência na modalidade e (4) suas perspectivas de futuro.

#### 3.2.3.1. PERFIL ESPORTIVO E CARACTERÍSTICAS DO TREINAMENTO

A fim de traçar o perfil esportivo das nadadoras foram identificadas sua categoria, o maior nível competitivo que essa atleta disputa atualmente, sua situação enquanto atleta/estudante/trabalhadora e o vínculo com a federação de seu Estado. Já quanto às características de treinamento dessas nadadoras, foram traçadas a frequência semanal de treinos, o local de treinamento, se a atleta tem ou já teve a intenção de treinar fora do país, o público com que treinam, e se tem ou já tiveram alguma treinadora mulher ao longo de suas trajetórias esportivas.

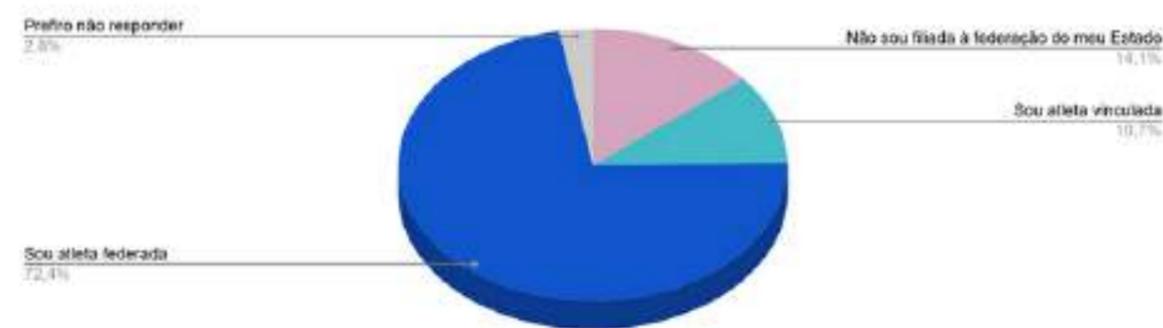
Com relação ao nível competitivo das nadadoras, aproximadamente 45% delas disputam campeonatos a nível nacional (Figura 18). No questionário, entretanto, não houve distinção entre campeonatos absolutos e de categoria, mas por se tratarem sobretudo de atletas Infantis e Juvenis, supõe-se que sejam campeonatos brasileiros de categoria. Aliado a isso, mais de 70% das nadadoras são atletas federadas às federações de seu Estado (Figura 19), sendo que dentre as que não possuem filiação com a federação, 54% são da categoria Sênior. Esses dados indicam que as jovens respondentes da pesquisa possuem uma rotina de treinamentos e competições consolidada e que realmente vivenciam a realidade da natação brasileira.

Figura 18 - Nível competitivo das nadadoras



Fonte: elaborado pelas autoras

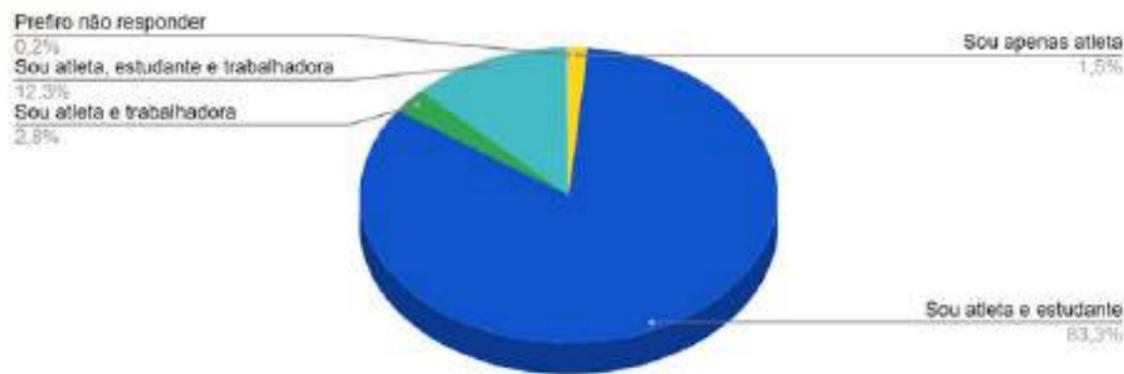
Figura 19 - Atual vínculo com a federação do Estado onde as nadadoras treinam e moram



Fonte: elaborado pelas autoras

Além da atuação enquanto nadadoras, as respondentes da pesquisa também conciliam sua rotina de treinamentos e competições com os estudos e/ou trabalho, conforme apresentado na Figura 20. Apenas 9 das 617 participantes atuam exclusivamente como atletas. Para a maioria das nadadoras que necessita conciliar as demandas do esporte com as demandas estudantis, há determinados pontos agravantes dentro dessa realidade a serem considerados e que serão apresentados e discutidos nas seções seguintes.

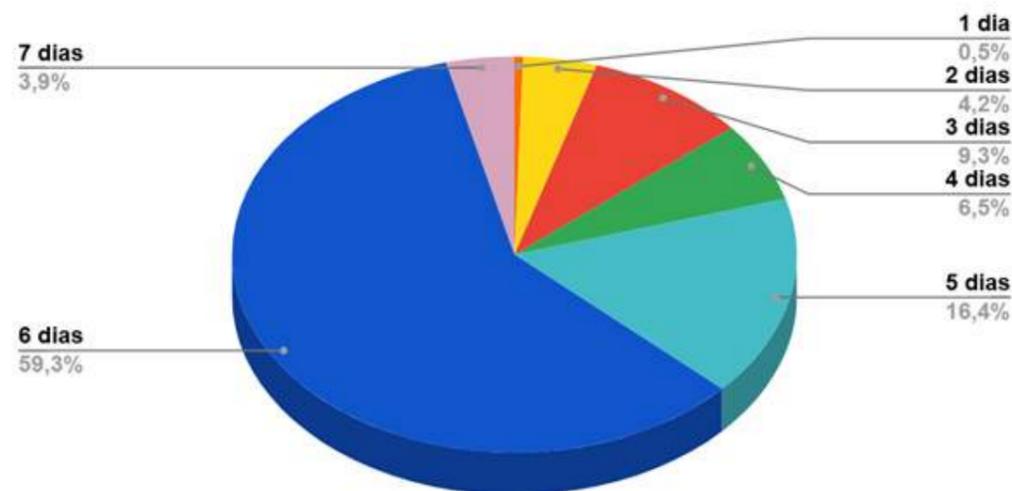
Figura 20 - Atual situação das nadadoras enquanto atletas, estudantes e trabalhadoras



Fonte: elaborado pelas autoras

No que diz respeito ao treinamento dessas nadadoras, a Figura 21 apresenta a quantidade de dias que as atletas treinam semanalmente. A maior parte delas treina natação 6 dias por semana (59%). Porém, ao analisar essas informações separadamente dentre as categorias, os dados indicam que conforme o avanço da categoria, a frequência semanal de treinos tende a diminuir. Assim, para as nadadoras Infantis, 71% delas treinam 6x na semana, ao passo que no Juvenil esse número diminui para 68%, no Júnior para 53% e no Sênior para apenas 24% delas.

Figura 21 - Frequência semanal de treinos das nadadoras

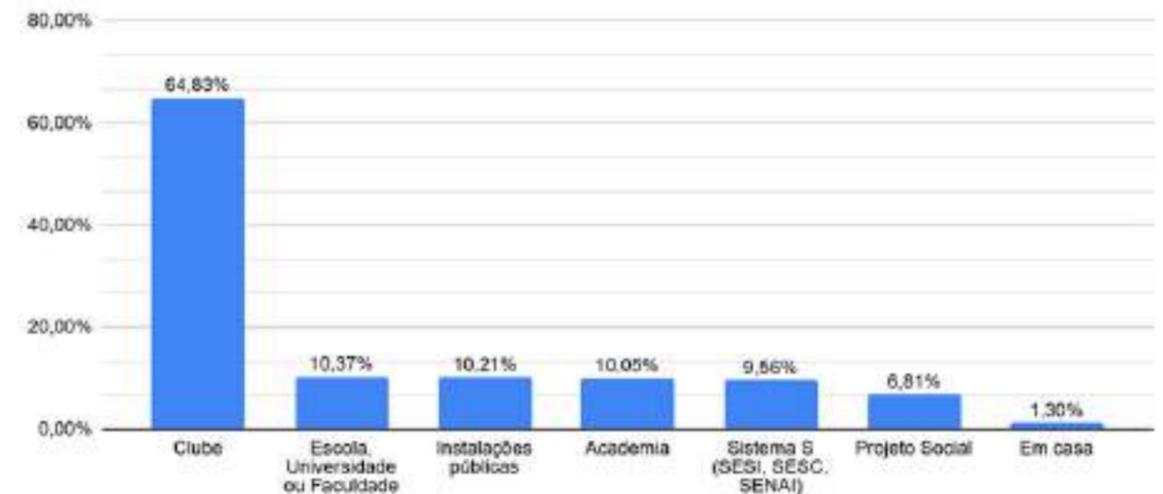


Fonte: elaborado pelas autoras

Quanto ao local em que as atletas treinam (Figura 22), no questionário as nadadoras poderiam indicar mais de uma opção como local de treinamento. Os resultados apontam para uma forte predominância dos Clubes, seguido por uma presença menor e bem equilibrada entre Escolas, Universidades e Faculdades; Instalações Públicas; Academias e Sistema S. Ao traçar um comparativo com a Figura 13 (local do início da prática), nota-se que a atuação dos clubes cresce consideravelmente no

contexto do esporte competitivo, ao passo que a atuação das academias diminui. Essa forte presença dos clubes na natação brasileira faz com que eles sejam os encarregados diretos pelo desenvolvimento dos atletas do país, e os grandes responsáveis por encaminhar às federações, confederações e comitês as principais demandas desse grupo de indivíduos para que as devidas ações sejam tomadas.

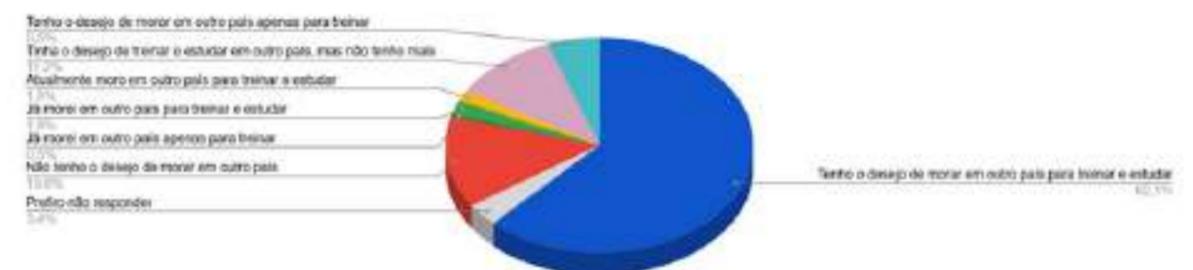
Figura 22 - Local onde as nadadoras treinam atualmente



Fonte: elaborado pelas autoras

Quando questionadas sobre o desejo de morar e treinar em outro país (Figura 23), apenas 14% das nadadoras indicam não ter essa vontade. As demais, ou atualmente moram em outro país (2%), ou já moraram (2%), ou já tiveram esse desejo em algum momento (11%) ou ainda têm (68%). Esses dados sugerem que no contexto da natação brasileira há a cultura de deixar o Brasil e mudar de país a fim de alcançar um maior desempenho esportivo. Essa realidade pode ser reflexo do fato de grandes nadadores brasileiros, com o pioneirismo ocorrido nos anos 1980, terem se mudado para os EUA para treinar e terem obtido resultados esportivos expressivos. Outro argumento que justifica esse desejo de sair do país é a possibilidade de conseguir atrelar com maior efetividade e qualidade a rotina de atleta com os estudos, visto que no Brasil essa conciliação ainda apresenta falhas.

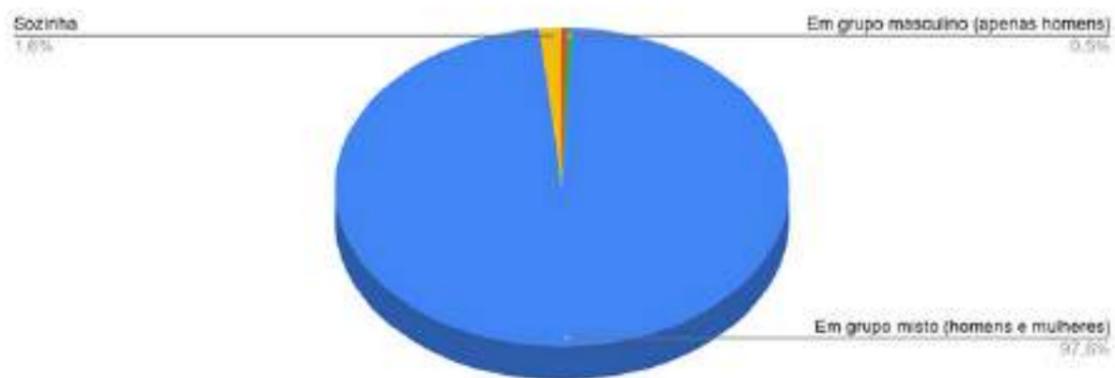
Figura 23 - Realidade das nadadoras sobre treinar e estudar em outro país



Fonte: elaborado pelas autoras

Já com relação aos companheiros de equipe dessas nadadoras, 98% delas treinam em grupos mistos (Figura 24), característica muito marcante do treinamento da natação brasileira. Esse dado mostra que sobretudo nos clubes brasileiros não há a cultura de separar os atletas entre equipe feminina e equipe masculina, possivelmente por questões de limitações na infraestrutura e nos recursos humanos. Entretanto, cabe a discussão se, mesmo em grupos mistos de nadadores, as meninas estão sendo atendidas em suas particularidades enquanto mulheres-atletas.

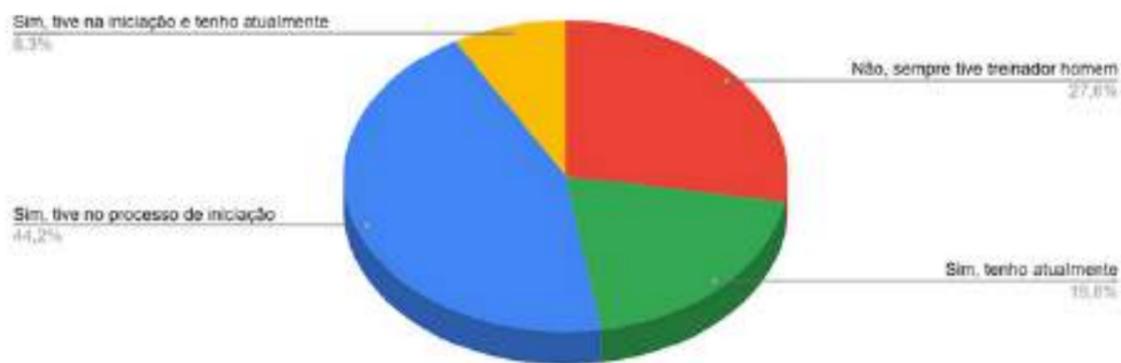
Figura 24 - Público com o qual as nadadoras treinam atualmente



Fonte: elaborado pelas autoras

Outro dado interessante que a pesquisa traz é com relação à presença de mulheres em posição de treinadoras no cenário da natação brasileira (Figura 25). Ao serem questionadas sobre já terem tido alguma treinadora ao longo de sua trajetória esportiva, 28% afirmam que sempre tiveram treinadoras homens. Dentre as que indicaram já terem tido uma mulher como treinadora, a maior parte se deu principalmente no processo de iniciação esportiva. Tais números apontam que a atuação de mulheres nos cargos de treinadoras ainda é limitado no Brasil e que há espaço para crescimento, sobretudo frente às equipes com nível competitivo mais elevado.

Figura 25 - Se as nadadoras têm ou já tiveram alguma treinadora mulher



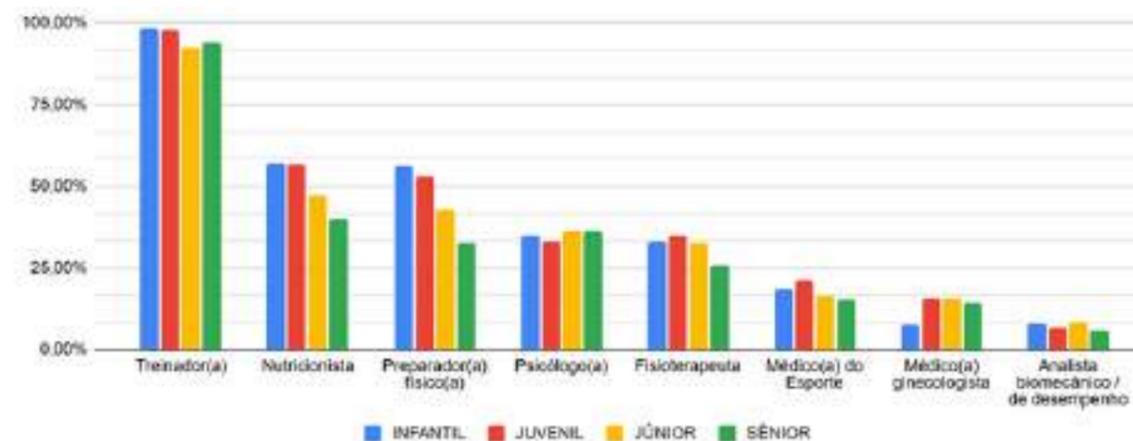
Fonte: elaborado pelas autoras

### 3.2.3.2. SUPORTES RECEBIDOS E ESTÍMULOS À PERMANÊNCIA

Essa seção do questionário foi dedicada a identificar os diversos elementos que contribuem com a permanência das atletas na natação. Assim, foram coletados dados referentes aos suportes fornecidos às nadadoras e que colaboram com suas rotinas de treinamentos e competições, bem como dados sobre os principais fatores que as estimulam a permanecerem na prática competitiva da natação.

Quanto aos suportes fornecidos às nadadoras, foram identificados tantos os profissionais quanto as organizações que oferecem esses apoios. A Figura 26 mostra os profissionais que dão suporte às atletas de acordo com suas categorias.

Figura 26 - Profissionais que dão suporte à rotina de treinamentos e competições das nadadoras de acordo com a categoria



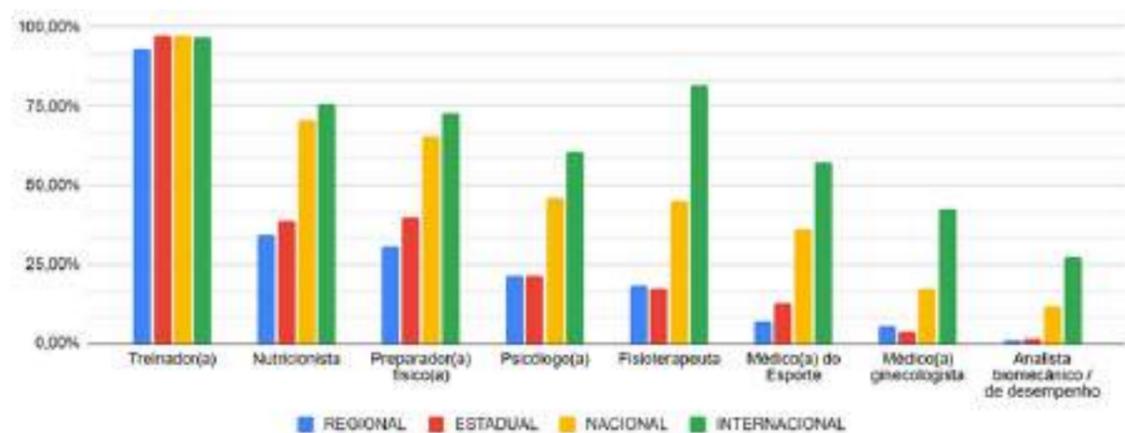
Fonte: elaborado pelas autoras



Curiosamente, os dados apontam que as nadadoras Infantis e Juvenis participantes da pesquisa, quando comparadas com as atletas Júniores e Seniores, recebem maior suporte profissional, sobretudo de nutricionistas e preparadores(as) físicos(as). Esse cenário pode ser fruto da maior participação na pesquisa de nadadoras Infantis e Juvenis mais engajadas em clubes e em competições com maior representatividade no cenário nacional.

Já na Figura 27 estão apresentados os suportes recebidos de acordo com o nível competitivo disputado pela atleta respondente (regional, estadual, nacional ou internacional).

Figura 27 - Profissionais que dão suporte à rotina de treinamentos e competições das nadadoras de acordo com o nível competitivo



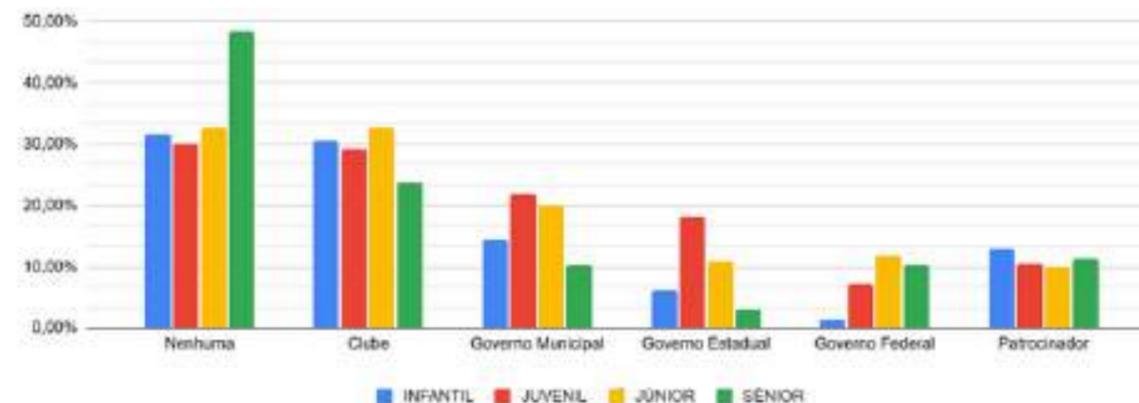
Fonte: elaborado pelas autoras

Nota-se que o apoio do treinador é majoritário e o único que acontece para as nadadoras de diferentes níveis competitivos. A nível estadual, grande parte das atletas ainda possui somente o suporte do treinador, mas uma parcela delas passa a contar também com nutricionistas e preparadores(as) físicos em sua rotina. À medida que as atletas passam a disputar campeonatos nacionais, cresce a atuação de uma equipe profissional multidisciplinar mais completa, contando também nesse estágio com psicólogos e fisioterapeutas. Somente a nível internacional é que o suporte de profissionais de diferentes áreas passa a ser mais frequente entre as nadadoras.

Por sua vez, com relação às organizações que dão suporte às nadadoras, no questionário respondido pelas atletas havia a indicação de organizações tanto da esfera pública quanto privada, de diferentes níveis de atuação (municipal, regional, estadual e nacional). Nele foram ainda apresentados exemplos de suporte, tais como patrocínio, bolsa, produtos e materiais, descontos e oferecimento de espaço para treinamento, a fim de gerar maior compreensão por parte das respondentes.

Assim, na Figura 28 e Figura 29 estão indicadas as organizações que dão suporte às atletas de acordo, respectivamente, com a categoria das nadadoras e com o nível competitivo. Nelas estão indicadas apenas as organizações que foram mencionadas por, pelo menos, 10% das respondentes.

Figura 28 - Organizações que dão suporte à rotina de treinamentos e competições das nadadoras de acordo com a categoria



Fonte: elaborado pelas autoras

Ao analisar o suporte recebido de acordo com as categorias (Figura 28), observa-se que no Infantil o principal suporte advém dos clubes. No Juvenil, as nadadoras já passam a contar também com o apoio dos Governos Municipais e Estaduais. No Júnior, o suporte do Governo Federal se mostra um pouco mais elevado comparado com as demais categorias. E no Sênior, por sua vez, quase metade das respondentes apontam não contar com o apoio de nenhuma organização. Os dados da Figura 28 chamam a atenção pois é extremamente baixo o percentual de nadadoras que indicam receber suporte por parte de alguma das organizações indicadas no questionário.

Com relação ao nível competitivo (Figura 29), novamente nota-se que houve um número pequeno de nadadoras que indicou receber suporte de alguma organização, mesmo entre aquelas que disputam campeonatos nacionais e internacionais. A nível regional e estadual mais de 30% das nadadoras dizem não obter suporte de nenhuma organização. A nível nacional, apenas 25% das atletas afirmam receber suporte de seu clube. Já a nível internacional observa-se que cresce o apoio recebido pelo Governo Federal, contribuindo com 20% das nadadoras, fato possivelmente atrelado ao Programa Bolsa-Atleta (BRASIL, 2023).

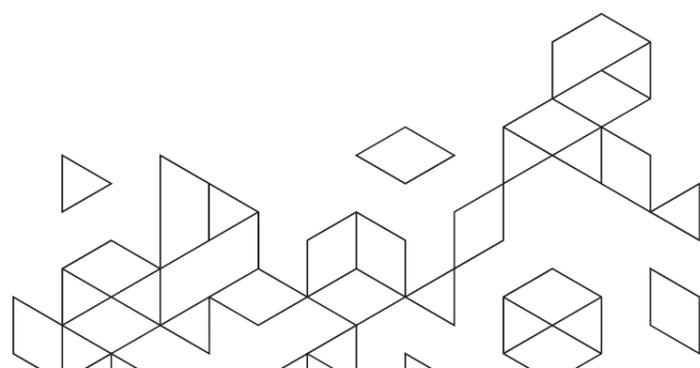
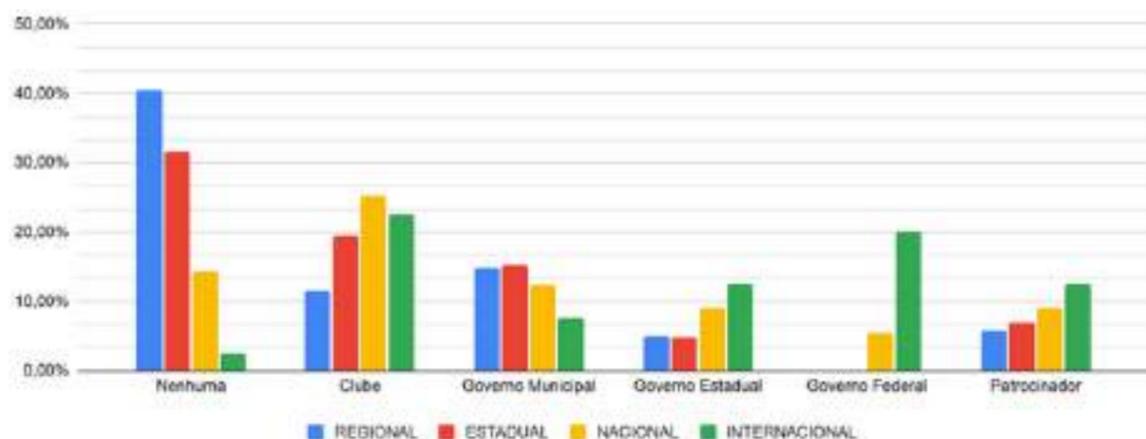


Figura 29 - Organizações que dão suporte à rotina de treinamentos e competições das nadadoras de acordo com o nível competitivo

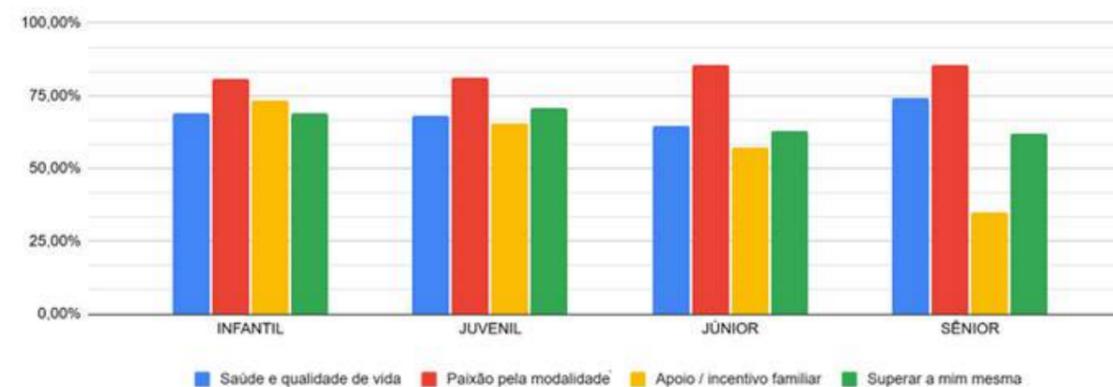


Fonte: elaborado pelas autoras

Em linhas gerais, a partir dos dados da Figura 28 e Figura 29, por um lado pode-se supor que o reconhecimento por parte das nadadoras quanto às organizações que oferecem suporte à sua rotina de treinamentos e competições se mostrou bastante baixo. Por outro lado, fica evidente que muitas nadadoras brasileiras, para conseguirem se manter evoluindo na prática competitiva da modalidade, precisam empregar recursos próprios, sejam eles financeiros e/ou materiais. Portanto, há espaço para que as organizações (esportivas ou não) atuem junto às nadadoras do país, em seus diferentes níveis competitivos e categorias, fornecendo o suporte necessário para potencializar o desenvolvimento esportivo dessas atletas.

Já quando questionadas sobre os diversos motivos que as estimulam a continuar treinando e competindo natação, os fatores pessoais são os que se mostraram mais frequentes (Figura 30). Dentre eles, a “Paixão pela modalidade” é a que mais se destaca, sendo amplamente mencionada por nadadoras de todas as categorias, o que demonstra o quanto as atletas têm identificação e orgulho pela modalidade. Outro ponto a se observar é que o “Apoio/incentivo familiar” é um fator que se mostra mais decisivo para as nadadoras mais jovens, de modo que com o avanço da categoria ele tende a ser menos relevante para a permanência na natação.

Figura 30 - Principais fatores pessoais e de relacionamento que estimulam as nadadoras a continuarem treinando e competindo natação



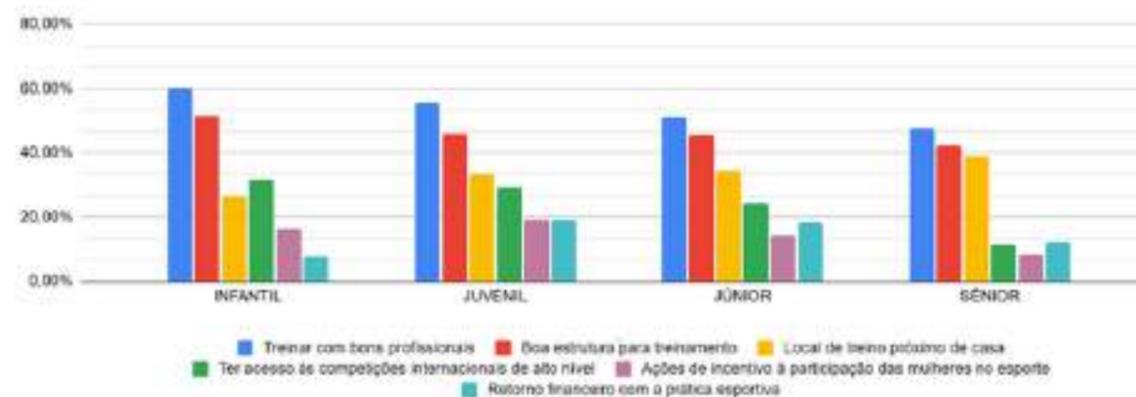
Fonte: elaborado pelas autoras

Além dos fatores presentes na Figura 30, para as atletas Infantis e Juvenis “A possibilidade de treinar/estudar fora do país” também se mostrou relevante (59% e 55%, respectivamente). E no Sênior, “Lazer e Diversão” também foi mencionado por 60% das nadadoras.

Quanto aos fatores estruturais (Figura 31), há um destaque para “Treinar com bons profissionais”, fator mencionado com maior frequência pelas nadadoras. Tal dado reforça a importância em se prezar pela capacitação e formação continuada dos(as) treinadores(as) ativos(as), promovendo cursos, palestras e debates, gerando troca de conhecimento e experiências entre eles.

Outro fator bastante citado pelas atletas é sobre ter uma “Boa estrutura para treinamento”. Quanto à infraestrutura física para o treinamento, piscinas de qualidade (sobretudo aquecidas, cobertas e limpas) e que contem com boas estruturas de apoio (vestiários, sala de musculação, dentre outros) podem ser grandes facilitadores no processo de desenvolvimento esportivo das atletas.

Figura 31 - Principais fatores estruturais que estimulam as nadadoras a continuarem treinando e competindo natação



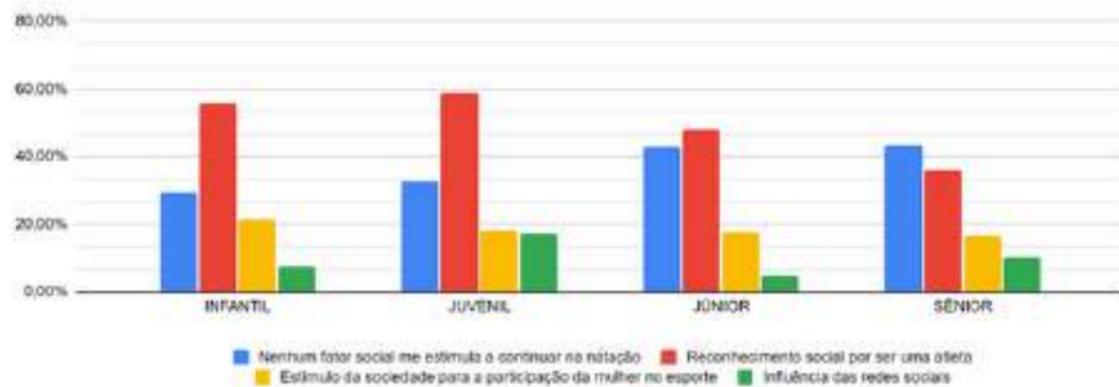
Fonte: elaborado pelas autoras

Outro fator estrutural que se mostrou mais relevante para as atletas Infantis e Juvenis foi o de “Ter acesso a competições internacionais de alto nível”. Principalmente nessas categorias nas quais as atletas ainda estão passando por um processo de formação intenso e estão gradativamente se inserindo no contexto do esporte de alto rendimento, a possibilidade cada vez maior de disputar campeonatos mais fortes e de alto nível é um fator que as estimula a seguirem na rotina de treinamentos intensos.

Por outro lado, um estímulo de permanência mais forte para as nadadoras mais velhas, principalmente as Seniores, foi o de ter um “Local de treino próximo de casa”. Possivelmente este fator seja mais decisivo para as atletas mais velhas devido à maior responsabilidade em ter que conciliar a rotina de treinamento com as demandas familiares, domésticas, de trabalho, etc; e ter um local de treino próximo à casa faz com que essa conciliação de tarefas seja feita com maior facilidade.

Por fim, dentre os fatores sociais que contribuem para a permanência das nadadoras na modalidade (Figura 32), o “Reconhecimento social por ser uma atleta” é o único que ganha maior destaque. Observa-se que com o avanço da idade das atletas, menores são os fatores sociais que as estimulam a continuarem na natação. Ao analisar os dados presentes na Figura 32 pode-se propor que as redes sociais, amplamente utilizadas nos dias de hoje, sejam mais bem empregadas para promover a maior participação de mulheres na natação e dar destaque às conquistas femininas da modalidade.

Figura 32 - Principais fatores sociais que estimulam as nadadoras a continuarem treinando e competindo natação



Fonte: elaborado pelas autoras

Portanto, a partir dos resultados apresentados na Figura 30, Figura 31 e Figura 32 evidencia-se que, dentre os diversos fatores que podem estimular que as nadadoras se mantenham na prática competitiva da natação, os fatores pessoais são aqueles que exercem maior influência. Por outro lado, os elementos estruturais e sociais não se mostram tão capazes em conseguir provocar a manutenção das atletas na modalidade.

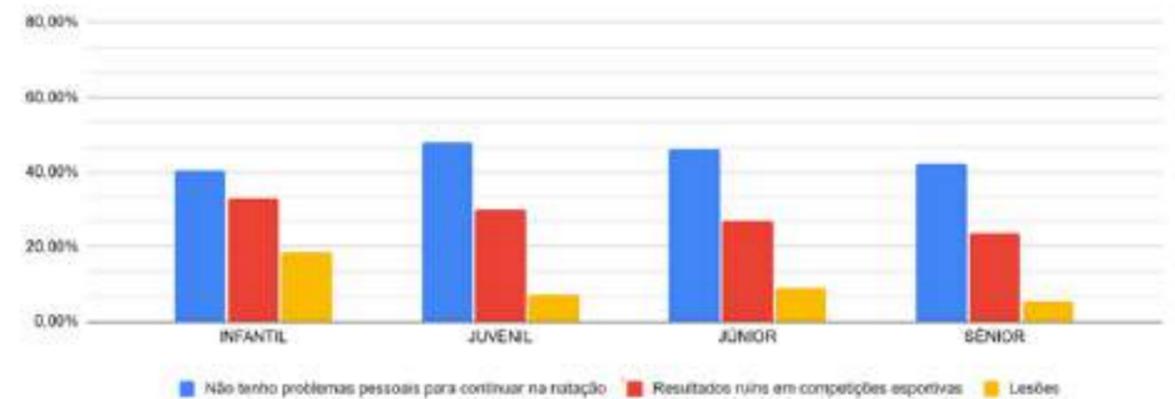
Nesse sentido, nas discussões traçadas na seção a seguir serão indicados diversos fatores que requerem atenção e deveriam ser mais bem desenvolvidos. Cabe, portanto, às diferentes organizações trabalhar para fornecer a estrutura e o ambiente social adequado para minimizar a evasão de atletas da natação e potencializar a performance esportiva das atletas.

### 3.2.3.3. BARREIRAS E DIFICULDADES ENFRENTADAS

Essa seção do questionário visou identificar as principais barreiras enfrentadas pelas nadadoras. Nela foram feitas perguntas acerca dos fatores (pessoais, estruturais e sociais) que dificultam a permanência dessas atletas na modalidade, além de questões sobre a ocorrência de violências, assédios e abusos no contexto da natação brasileira.

A Figura 33 traz os principais fatores pessoais e de relacionamento que fazem com que as nadadoras tenham dificuldade em continuar treinando e competindo. De modo geral, os dados indicam que as atletas não apresentam grandes problemas pessoais que as impeçam de continuar na prática competitiva da natação.

Figura 33 - Principais fatores pessoais e de relacionamento que dificultam as nadadoras a continuarem treinando e competindo natação



Fonte: elaborado pelas autoras

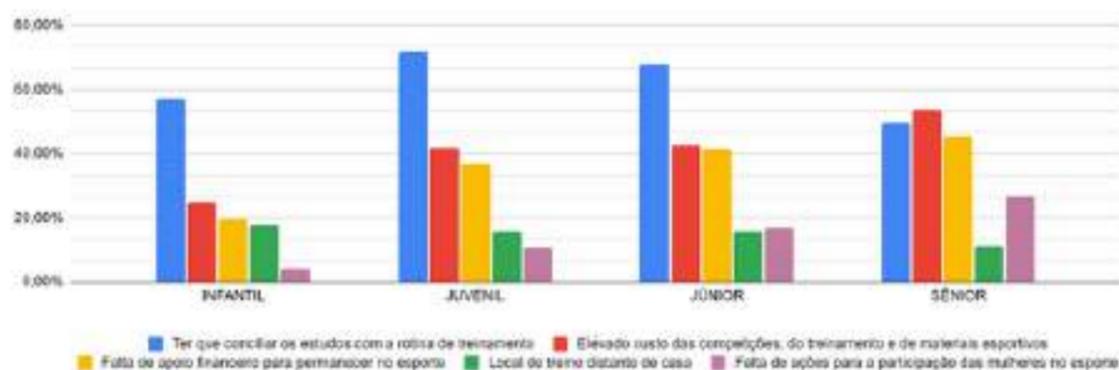
Entretanto, dentre os fatores que podem contribuir com o abandono da modalidade, o que se mostrou mais relevante foi a incidência de “Resultados ruins em competições esportivas”, fator este que se torna menos relevante com o avanço da categoria das nadadoras. Apresentar um desempenho insatisfatório em campeonatos é parte inevitável da trajetória de todo(a) esportista. Entretanto, há maneiras de evitar que essas frustrações acarretem no abandono do treinamento da natação. Possibilitar às atletas um acompanhamento psicológico de um(a) profissional qualificado(a) certamente ajudaria essas nadadoras a aprenderem a lidar com essas situações, minimizando a evasão da modalidade. Mas de maneira mais simples ainda, as orientações e cobranças podem ser administradas pelos treinadores e clubes, que podem ser mais coerentes, mais positivos e mais impulsionadores, ao invés de apenas críticos. Novamente, a necessidade de profissionais mais capacitados e bem qualificados científica e pedagogicamente.

Além deste, vale observar também que as atletas indicam sofrer com “Lesões”, sobretudo na categoria Infantil. Sabe-se que as lesões podem ter diferentes causas, e muitas delas atreladas à alta carga de treinamento que os(as) atletas são submetidos(as). O elevado número de relatos de lesões entre as atletas mais jovens serve de alerta e reflexão principalmente aos treinadores(as), pois este pode ser um indicativo de que os treinamentos prescritos a essas nadadoras podem não estar em conformidade com o que é esperado para atletas dessa faixa-etária. Além disso, a atuação de profissionais como preparadores(as) físicos(as) e fisioterapeutas também pode minimizar a incidência de lesões, executando trabalhos de fortalecimento, prevenção e reabilitação, evitando que nadadoras tenham que deixar a modalidade devido a elas.

Quanto aos fatores estruturais que dificultam a permanência na modalidade, a Figura 34 traz os mais apontados pelas respondentes. Os dados evidenciam que “Ter que conciliar os estudos com a rotina de treinamento” é a principal problemática enfrentada pelas nadadoras. Esses dados sugerem que a maior causa de abandono na modalidade seja pelo fato de que, ao longo de suas trajetórias esportivas, as atletas tenham que optar ou por continuar nadando e deixar os estudos em segundo plano, ou (o que é mais provável) as nadadoras deixarem a modalidade para se dedicarem à escola e à universidade. O ideal seria que houvesse no país mais políticas e programas de longo prazo que viabilizassem uma maior convergência entre os objetivos acadêmicos e esportivos.

Além deste fator, destaca-se também fatores financeiros como o “Elevado custo das competições, do treinamento e de materiais esportivos” e a “Falta de apoio financeiro para permanecer no esporte”. Ainda que haja programas públicos de incentivo financeiro ao esporte, como o Programa Bolsa-Alela (BRASIL, 2023) e a Lei de Incentivo ao Esporte (BRASIL, 2022), sabe-se que apenas uma parcela dos esportistas acaba se beneficiando deles. Nesse sentido, diferentes organizações esportivas poderiam buscar soluções criativas e inovadoras que pudessem minimizar a evasão do esporte devido às dificuldades financeiras enfrentadas pelos(as) atletas.

Figura 34 - Principais fatores estruturais que dificultam as nadadoras a continuarem treinando e competindo natação

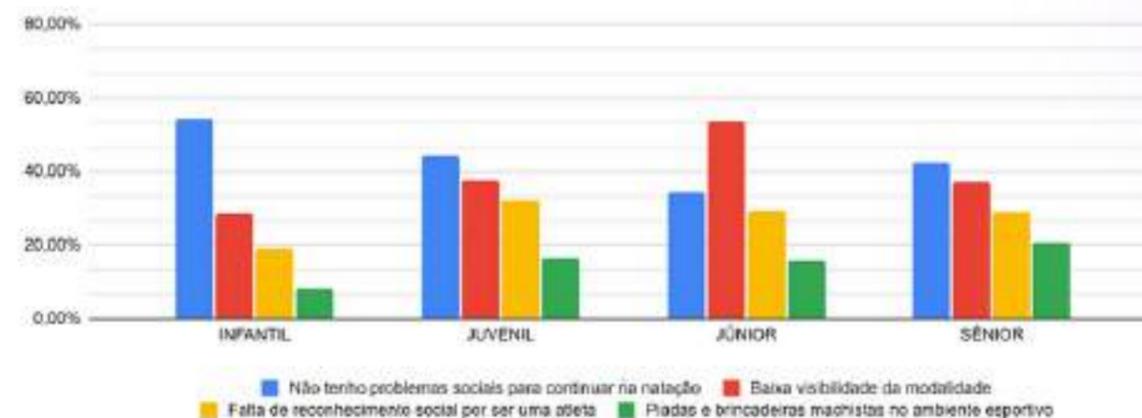


Fonte: elaborado pelas autoras

Ainda com relação aos fatores estruturais, além dos indicados na Figura 34, na categoria Infantil, 27% das nadadoras mencionaram “Não tenho problemas com a estrutura esportiva para continuar na natação”. Esse percentual se mostrou inferior para as demais categorias. Já no Júnior e Sênior, as atletas relatam também a “Baixa disponibilidade de competições” (16% e 20%, respectivamente). E exclusivamente no Sênior, 46% das nadadoras apontam que “Ter que conciliar o trabalho com a rotina de treinamento” é um fator que dificulta a permanência na natação.

Dentre os fatores sociais que dificultam a permanência na modalidade (Figura 35), felizmente a maior parte das respondentes afirma não ter problemas sociais para continuar na natação. Entretanto, a “Baixa visibilidade da modalidade” é um fator crítico, sobretudo na categoria Júnior. Infelizmente, a natação não é um esporte midiático no Brasil, como é o caso do futebol e do voleibol, por exemplo. Os campeonatos de natação acabam sendo televisionados apenas em ocasiões como Jogos Olímpicos, Campeonatos Mundiais e seletivas para esses eventos, em sua maioria em canais privados. Mais recentemente a Federação Aquática Paulista assumiu o pioneirismo em transmitir gratuitamente ao público, e de modo sistematizado, os campeonatos paulistas e regionais a fim de potencializar a visibilidade da modalidade. Nesse sentido, ainda há espaço para avanços nesta área, de modo que outras federações e organizações também invistam na divulgação e promoção da natação para que a baixa visibilidade da modalidade deixe de ser um fator que cause a evasão de atletas.

Figura 35 - Principais fatores sociais que dificultam as nadadoras a continuarem treinando e competindo natação

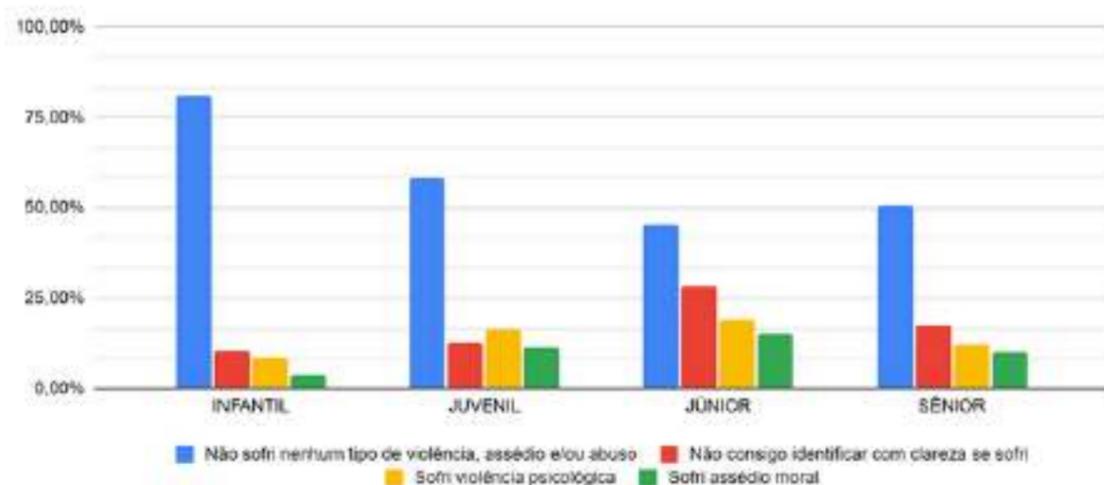


Fonte: elaborado pelas autoras

Portanto, os resultados apresentados acima complementam as considerações traçadas na seção anterior. Se os fatores estruturais e sociais se mostraram menos capazes de estimular a permanência das nadadoras na modalidade (Figura 31 e Figura 32), aqui foram indicadas as principais problemáticas relacionadas a eles (Figura 34 e Figura 35) e as sugestões do que pode ser feito a fim de minimizá-las.

Dentre as dificuldades enfrentadas pelas nadadoras para continuarem na natação, o questionário buscou identificar ainda se há casos de violências, assédios e abusos que também colaboram para que as atletas deixem de treinar e competir na modalidade. Para isso, nessa questão foram dadas alternativas com as várias possibilidades de assédios, abusos e violências que as atletas possam ter sofrido (negligência, violência psicológica, violência física, violência de g nero, assédio moral, assédio sexual e abuso sexual). Para cada um dessas alternativas foram dados exemplos de atitudes que caracterizam tais violências a fim de gerar maior compreensão por parte das respondentes. Além disso, vale ressaltar que também foram incluídas alternativas para a atleta indicar que não sofreu nenhum tipo de assédio/abuso/violência, ou se ela não consegue identificar com clareza se sofreu tais violências ou, por fim, se ela prefere não responder a essa questão. Assim, a Figura 36 apresenta a percepção das nadadoras quanto às violências sofridas em suas trajetórias na natação.

Figura 36 - Se a nadadora identifica que sofreu algum tipo de violência, assédio e/ou abuso em sua trajetória na natação



Fonte: elaborado pelas autoras

A partir da Figura 36 pode-se observar que o relato de “Não sofreu nenhum tipo de violência, assédio e/ou abuso na natação” tende a diminuir conforme o avanço da idade das respondentes. Enquanto mais de 75% das nadadoras Infantis relatam não terem sofrido nenhum tipo de violência, entre as nadadoras Juniores esse percentual diminui para menos de 50%. Esses dados indicam que   medida que as nadadoras se tornam mais velhas e ganham maturidade, elas desenvolvem maior senso crítico com relação às violências e assédios vividos no dia a dia.

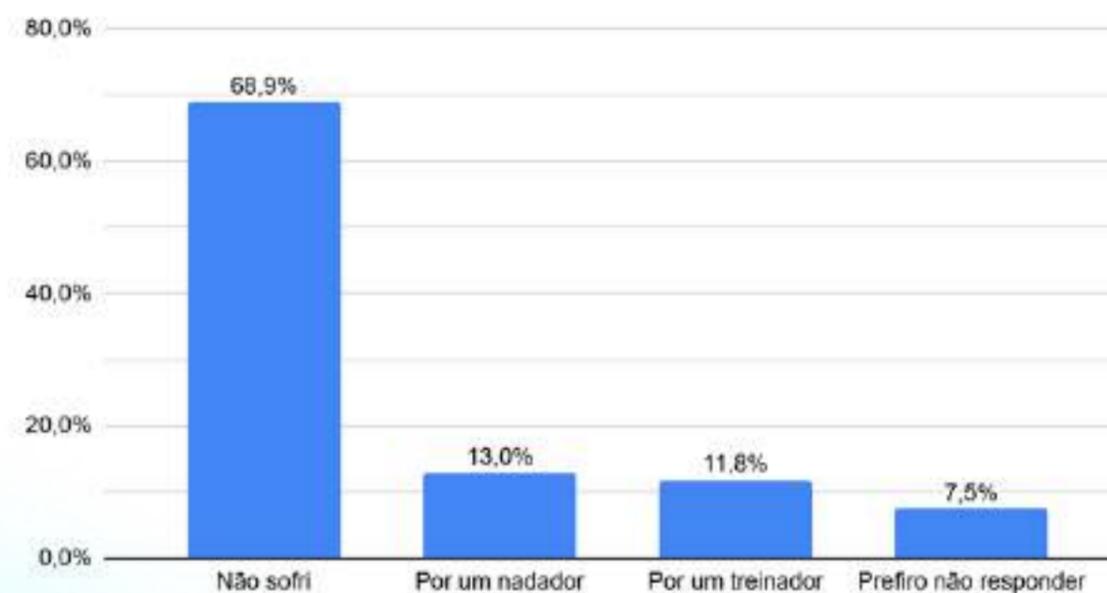
De modo contrário, o relato de “Não consigo identificar com clareza se sofreu...” cresce entre as categorias Infantil a Júnior. Ou seja, com o avanço da idade da respondente, cresce a quantidade de atletas que apontam não terem conhecimento suficiente para identificar com propriedade se foram violentadas, assediadas e/ou abusadas, mas reconhecem que algumas situações vivenciadas em sua rotina podem ser enquadradas como uma violação à sua integridade física, moral, psicológica e/ou

sexual. Portanto, esses dados reforçam a posição de que quando mais velhas, as nadadoras têm maior sensibilidade e maturidade para identificar possíveis ocorrências de violências contra si e em seu entorno.

Dentre as violências percebidas, as que se mostraram mais frequentes entre as nadadoras foram a violência psicológica (caracterizada por atitudes de menosprezo, humilhação, rejeição e isolamento) e o assédio moral (caracterizado por atitudes de constrangimento e desqualificação de modo frequente e repetitivo). Tais ações podem ser mais sutis de serem percebidas quando comparadas a violências físicas e sexuais, por exemplo. Entretanto, para as vítimas que sofrem, conviver com tais atitudes diariamente pode acarretar no abandono da modalidade e, ainda mais grave, afetar vários aspectos da sociabilidade dessa mulher em outros espaços de convivência frequentados por ela.

Quando questionadas sobre as pessoas que cometem tais violências, assédios e/ou abusos, foram incluídas na pergunta alternativas com diversos grupos de indivíduos (nadadores(as), treinadores(as), membros(as) da comissão técnica, dirigentes e árbitros(as)). A Figura 37 aponta que, dentre as nadadoras que sofreram com tais atitudes, a maior parte delas foi cometida por nadadores e treinadores. A maior incidência de relatos com esses grupos talvez esteja relacionada com o fato de que são indivíduos que as nadadoras têm maior contato diariamente, o que não minimiza o fato de que outros membros(as) das comissões técnicas, dirigentes e árbitros(as) também possam cometer violências, assédios e abusos contra as atletas.

Figura 37 - Por quais indivíduos as nadadoras sofreram algum tipo de violência, assédio e/ou abuso na natação



Fonte: elaborado pelas autoras

Portanto, a partir dos dados das Figura 36 e Figura 37 é necessário ressaltar que cabe a diferentes organizações esportivas (confederação, federações, clubes, associações, dentre outras) promover ações educativas em duas vertentes. É preciso conscientizar jovens atletas sobre as diferentes formas de violências, assédios e abusos existentes para que sejam capazes de identificar se estão sendo vítimas dessas atitudes. Por outro lado, além dos(as) próprios(as) nadadores(as), é extremamente necessário também educar os profissionais que atuam junto aos atletas para que esses também tenham a consciência de que determinadas posturas, falas e ações que executam no dia a dia podem ser enquadradas como tais.

Além de promover ações educativas, as organizações esportivas também devem procurar desenvolver mecanismos e canais para que as vítimas tenham um ambiente seguro e acolhedor para poder denunciar as violências sofridas, sem receio de sofrerem retaliações, e que a partir disso as devidas medidas sejam tomadas para que essas ações e posturas sejam cessadas.

Por fim, ao término do questionário as respondentes poderiam, caso julgassem importante, deixar comentários sobre alguma experiência vivenciada sendo uma mulher na natação brasileira. E nesta seção do documento cabe fazer menção à elevada quantidade de relatos de nadadoras que apontam para a dificuldade de tratar de modo aberto e seguro sobre temas relacionados ao ciclo menstrual e à saúde feminina, sobretudo junto aos seus treinadores e membros da comissão técnica. Nas palavras de algumas delas:

*“Meu maior problema como mulher nadadora foi não saber como lidar com a menstruação. Nunca houve ninguém para me ensinar a lidar com a prática do esporte durante o período menstrual. Na época, só havia técnicos homens em meu clube e as meninas que nadavam comigo não eram muito de comentar sobre (...), então tive muita vergonha de falar com qualquer pessoa sobre isso. Acredito que seja uma pauta muito interessante para jovens adolescentes que, assim como eu, não tiveram quem pudesse ensiná-las e auxiliá-las nesse novo ciclo da vida que ocorre para todas as mulheres.”*

*“Vale a pena ressaltar sobre a falta de compreensão de alguns técnicos homens sobre o período menstrual das mulheres, humilhando e mostrando total ignorância sobre o assunto, obrigando as atletas a treinarem, e quando as mesmas alegam estar com algum tipo de dor no treino, serem maltratadas.”*

*“Queria falar sobre estado físico e emocional da mulher nos treinos, até porque temos hormônios e como a gente não consegue dar o “melhor” todo mês ou manter o condicionamento físico por conta das fases hormonais... No entanto, por ter só técnicos homens, na maioria das vezes eles não conseguem entender, de fato, a situação (...) Quando estamos no nosso período menstrual acabamos não correspondendo aos treinos do mesmo jeito como estávamos antes.”*

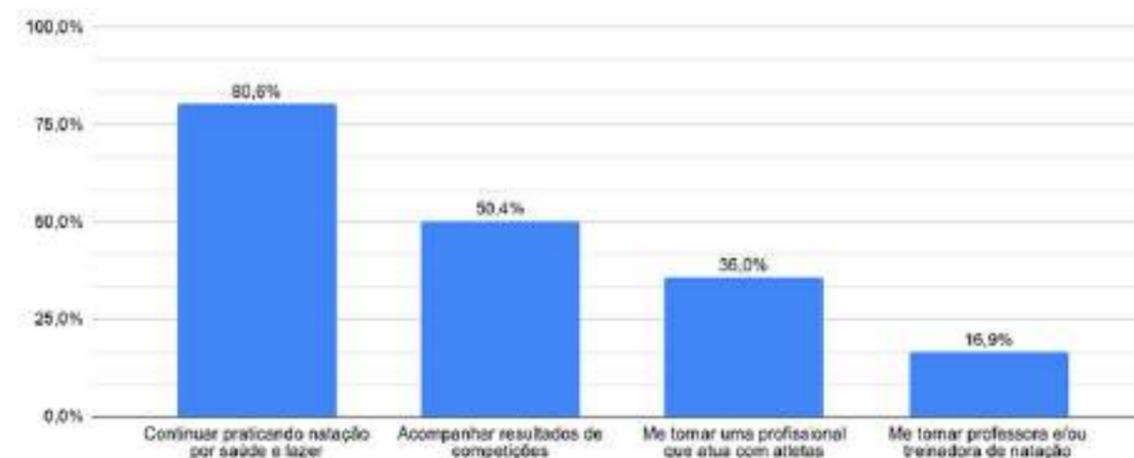
Esses comentários indicam, portanto, que este é um outro fator que dificulta a permanência de nadadoras na modalidade e que limita o desenvolvimento esportivo dessas atletas. A partir disso cabe também aos clubes, federações e confederação promoverem ações educativas como cursos e palestras para capacitar e conscientizar principalmente os treinadores sobre as diferentes fases do ciclo menstrual, como cada uma delas pode afetar o desempenho e o estado emocional de suas atletas. A partir disso, é necessário também que os treinadores sejam capazes de identificar os momentos em que são necessárias adaptações em suas sessões de treinamento conforme o estágio do ciclo menstrual que suas atletas se encontram, e como fazê-las dentro de uma equipe mista de nadadores. Tais ajustes no treinamento devem proporcionar às atletas maior bem-estar durante o treino, potencializando o ganho de performance que pode ser conquistado pelas nadadoras ao longo do programa de treinamento.

### 3.2.3.4. PERSPECTIVAS DE FUTURO

A última seção do questionário destinada às nadadoras ativas traçou as perspectivas de futuro que as atletas têm com relação a sua vivência particular com a natação e, de modo mais amplo, com o futuro da natação feminina brasileira.

Após encerrarem suas trajetórias como atletas de natação, a maioria das nadadoras afirma que continuarão praticando natação por saúde e lazer, e que continuarão acompanhando a modalidade como espectadoras (Figura 38). Além disso, boa parte das respondentes assume o desejo de continuar envolvidas com a modalidade, tornando-se profissionais que atuam junto aos atletas (como preparadoras físicas, nutricionistas, fisioterapeutas, psicólogas, entre outras), ou especificamente como professoras e treinadoras de natação. Das 617 respondentes, apenas 18 (3%) não pretendem ter mais contato com a natação. Essa perspectiva de futuro sugere que o envolvimento dessas meninas e mulheres com a natação não se restringirá à atual atuação como atletas competitivas, mas que o vínculo criado com a modalidade deverá persistir de diferentes modos na vivência dessas nadadoras ao longo de toda a sua trajetória de vida.

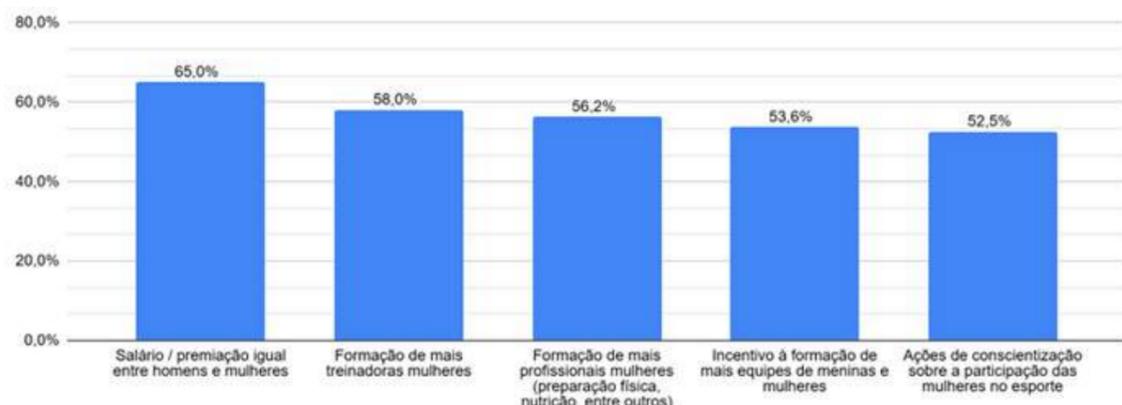
Figura 38 - Perspectiva de futuro das nadadoras após encerrarem a carreira como atletas



Fonte: elaborado pelas autoras

Já no que diz respeito à natação brasileira em geral, as nadadoras identificam diversas ações necessárias para que haja um aumento da participação feminina na modalidade (Figura 39).

Figura 39 - Ações que as nadadoras identificam como necessárias para apoiar a maior participação de mulheres na natação brasileira



Fonte: elaborado pelas autoras

Dentre as ações, a que mais se destacou foi a necessidade de se prezar por um ambiente com igualdade de gênero no contexto da natação, refletido em ações que garantam que mulheres e homens tenham as mesmas oportunidades e reconhecimento, tais como garantir salário e premiações iguais entre os sexos.

Outra vertente de ação está relacionada com o aumento da formação de profissionais mulheres que atuarão diretamente com os(as) atletas, como treinadoras, preparadoras físicas, nutricionistas, gestores, entre outras. O aumento no número de mulheres nesses cargos refletirá tanto em um maior interesse de meninas ingressarem na prática e no treinamento de natação, quanto na diminuição da evasão de nadadoras da modalidade. Esse fato se dá porque, sobretudo para as jovens atletas, ter uma mulher atuando junto delas pode garantir a elas maior identificação com essa profissional e maior segurança para falar sobre assuntos femininos, tais como o ciclo menstrual por exemplo. Ademais, para uma jovem esportista, o fato de haver mulheres em cargos como estes colabora para que elas se inspirem e tenham o desejo de um dia também atuarem nessas posições (WASEND; LAVOI, 2019).

Além destas, as nadadoras também indicaram que deve-se haver incentivos para a formação de mais equipes femininas de natação, aliada à maior conscientização sobre a participação de mulheres no esporte. Somente a partir do desenvolvimento da consciência junto à toda a comunidade (espectadores, nadadores, familiares, treinadores, patrocinadores, dirigentes e demais profissionais) de que o esporte é igualmente um direito de toda mulher, é que mais meninas e mulheres se interessarão pela prática esportiva, seja pela natação ou por demais modalidades.





Comitê Olímpico do Brasil  
Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos

DIAGNÓSTICO DA PARTICIPAÇÃO DE  
MULHERES NA NATAÇÃO BRASILEIRA

RELATÓRIO FINAL

Prestação de serviços de facilitação de desenvolvimento esportivo

Autoras:

Bruna Lindman Bueno  
Flávia da Cunha Bastos

Colaboradoras:

Júlia Barreira Augusto  
Ana Carolina Araújo dos Santos

Editoração e Projeto Gráfico  
Hildengard Chaves

Abril a dezembro de 2024

