Submissão: 06/12/2024
Publicação: 18/12/2025
DOI:

ASSOCIAÇÃO ENTRE ESTADOS DE HUMOR E DESEMPENHO DE DANÇARINOS DE STREET DANCE EM FESTIVAL: VENCEDORES VS. NÃO VENCEDORES

ASSOCIATION BETWEEN MOOD STATES AND PERFORMANCE OF STREET DANCE DANCERS IN A FESTIVAL: WINNERS VS. NON-WINNERS

Nicólly Carla Sost dos Santos [1]
Susana Padoin[2]

RESUMO: A modalidade de Hip Hop consiste em um estilo de dança que incorpora movimentos isolados, explosivos e acrobáticos, sendo uma forma de expressão não verbal, através de movimentos do corpo, expressando emoções, onde os Estados do Humor podem influenciar no desempenho durante uma competição. Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi associar os Estados de Humor e desempenho de dançarinos de Street Dance, vencedores vs. não vencedores durante uma competição de dança. Foram convidados a participar 70 dançarinos de Street Dance, de ambos os sexos, entre 18 a 30 anos, com aproximadamente 5 a 10 anos de treinamento na modalidade. Após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), a Escala de Humor de Brunel (Brums) foi aplicada no próprio local de competição, de forma individual, 30 minutos antes e logo após a competição. Identificou-se que no momento pós competição, a amostra geral teve redução significativa (P<0,05) da tensão, raiva, confusão mental, vigor e depressão em comparação a pré-competição. No momento pré, a equipe vencedora obteve uma diminuição nas dimensões de confusão mental (P<0,01), raiva (P<0,01) e depressão (P<0,05) em comparação a equipe não vencedora, já no momento pós-competitivo, a equipe vencedora de dançarinos de Street Dance obteve níveis superiores de vigor (P<0,01) e baixos níveis de confusão mental (P<0,001), raiva (P<0,01) e depressão (P<0,05) em comparação a equipe não vencedora. No que diz respeito ao desempenho, a equipe vencedora mostrou níveis baixos de raiva (OR= -0,61; P<0,01) e confusão mental (OR= -0,68; P<0,01) no momento pré-competitivo e aumento no vigor (OR= 1,34; P<0,05) e confusão mental (OR= -0,40; P<0,01), no momento pós-competitivo, sendo fatores que aumentam as chances de sucesso na modalidade. Nesse sentido, conclui-se que no Street dance, a raiva e confusão mental, bem como o vigor e confusão mental, nos momentos pré e pós competição, respectivamente, são fatores associados para um bom desempenho na modalidade.

Palavras-chave: Escala de Humor. Dança. BRUMS. Desempenho.

ABSTRACT: Hip Hop dance is a style of movement that incorporates isolated, explosive, and acrobatic motions, serving as a non-verbal form of expression through

[1] Acadêmica do curso de Educação Física - Bacharelado do Centro Universitário Univel.
[2] Mestre em Educação Física pela Universidade Estadual de Londrina. Docente no curso de Educação Física do Centro Universitário Univel.

body movements that convey emotions. Mood states can influence performance during competitions. This study aimed to associate mood states and performance in Street Dance competitors, comparing winners versus non-winners during a dance competition. A total of 70 Street Dance dancers, aged between 18 and 30 years, with approximately 5 to 10 years of training in the modality, were invited to participate. After signing the Free and Informed Consent Form (ICF), the Brunel Mood Scale (BRUMS) was applied individually at the competition venue, 30 minutes before and immediately after the competition. Post-competition, the overall sample showed a significant reduction (P<0.05) in tension, anger, confusion, vigor, and depression compared to pre-competition. Pre-competition, the winning team exhibited lower levels of confusion (P<0.01), anger (P<0.01), and depression (P<0.05) compared to the non-winning team. Post-competition, the winning Street Dance team showed higher vigor levels (P<0.01) and lower levels of confusion (P<0.001), anger (P<0.01), and depression (P<0.05) compared to the non-winning team. Regarding performance, the winning team demonstrated lower levels of anger (OR= -0.61; P<0.01) and confusion (OR= -0.68; P<0.01) pre-competition, along with increased vigor (OR= 1.34; P<0.05) and reduced confusion (OR= -0.40; P<0.01) post-competition. These factors increase the likelihood of success in the modality. Therefore, it is concluded that in Street Dance, anger and confusion pre-competition, as well as vigor and reduced confusion post-competition, are factors associated with good performance in the modality.

Keywords: Mood Scale. Dance. BRUMS. Performance.

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, a cultura Hip Hop, também conhecida como *Street dance* ou danças urbanas, chegou ao Brasil em meados de 1980, sendo importada dos Estados Unidos da América (EUA). O movimento Hip Hop é composto por quatro elementos, sendo o *MC*, *rap*, *graffiti* e *break dance* (dança) (Rodrigues, 2018).

Tendo em vista que durante a dança o sujeito se expressa e transmite seus valores, conhecimentos e sentimentos, avaliar seus estados emocionais são de grande valia, sendo assim, uma ferramenta amplamente utilizada para monitorar os estados de humor é a Escala de Humor de Brunel (Brums), que foi traduzida para a língua portuguesa e validada para a população brasileira por Rohlfs et al. (2008).

BRUMS é muito utilizada em avaliações no esporte, no qual os estudos analisam e comparam os estados de humor de atletas/competidores nos momentos pré e pós competição ou treinamentos (Brandt Et Al., 2011; Bevilacqua Et Al., 2019; Andrade Et Al., 2019; Campos; Nakano, 2021; Trevisan; Schwartz; Auriemo, 2017; Torres Et Al., 2020; Rotta; Rohlfs; Oliveira, 2014; Leandro ET AL., 2018; Dias ET AL., 2019; Brandt Et Al., 2019; Brandt; Bevilacqua; Andrade, 2017; Brandt Et Al., 2016).

Nos últimos anos tem-se comparado a relação entre Brums e desempenho nas modalidades de vela (Brandt et al., 2016), basquete (Bôas et al., 2014), voleibol de areia (Torres et al., 2020), voleibol de quadra (Andrade et al., 2016), jiu-jitsu, natação, triathlon, vela, judô, ginástica artística e judô (Brandt et al., 2017), judô e jiu-jitsu (Brandt et al., 2019) e jiu-jitsu (Geisel; Antônio; Laux, 2021). Em velejadores, atletas na primeira colocação apresentaram baixos níveis de depressão e raiva e níveis elevados de vigor, comparados com competidores de outras posições

(BRANDT et al., 2016). Já Torres et al. (2020) em atletas de voleibol de praia, a equipe vencedora obteve menores níveis de fadiga e confusão mental em comparação com a equipe perdedora. Por outro lado, Brandt et al. (2019) identificaram que baixos níveis de depressão, tensão e raiva aumentam as chances de melhor desempenho.

No que diz respeito à dança, foi encontrado somente o estudo de Trevisan, Schwartz e Auriemo (2017), que investigaram os estados de humor em dançarinos, aplicando o questionário *Profile of moods state* (POMS) antes e após o exame da *Royal Academy of Dance*. A fadiga aumentou e o vigor reduziu ao comparar o pré-teste com o pós-teste e houve diminuição de outros fatores negativos (tensão, depressão, raiva e confusão mental). Com isso, devido a lacuna científica e importância das variáveis emocionais na modalidade, a pesquisa possui grande relevância. Sendo assim, o objetivo desta pesquisa foi avaliar a associação entre Estados de Humor e o desempenho de dançarinos de Street Dance durante uma competição Sul-americana.

2 METODOLOGIA

2.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Se refere a uma pesquisa de forma observacional, onde o pesquisador atua como espectador sem realizar nenhuma interação que possa influenciar o decorrer da pesquisa e/ou no desfecho (Fontelles et al., 2009).

2.2 AMOSTRA

Participaram deste estudo sete equipes de dançarinos de *Street dance* do Festival de Dança H2 District de 2022, com 10 participantes de cada equipe, totalizando 70 dançarinos, de ambos os sexos, entre 18 e 30 anos, com aproximadamente 5 anos de treinamento na modalidade. Foram excluídos da pesquisa os competidores que não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) ou se recusaram a responder o questionário nos momentos pré ou pós competição. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética envolvendo seres humanos do Centro Universitário Univel (n. 66001422.6.0000.0231).

2.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

Os treinadores foram contatados para explicação do estudo e solicitar autorização para coleta de dados durante a competição. Após obter autorização, já no dia da competição, os participantes foram orientados a respeito do estudo e assinaram o TCLE, aceitando participar da pesquisa. A coleta de dados foi feita de forma individual, 30 minutos antes da competição e logo após a mesma, com espaço adequado evitando influências externas nas respostas dos participantes no estudo.

Para a coleta dos estados de humor foi utilizado a Escala de Humor de Brunel (Brums), que foi traduzida para a língua portuguesa e validada para a população brasileira por Rohlfs et al. (2008). O questionário de Brums consiste em 24 itens classificados em uma escala de cinco pontos (de 0= nada a 4= extremamente), sendo dividido em seis dimensões: tensão, depressão, raiva, vigor, fadiga e confusão mental, cada qual consistindo em quatro itens, conforme tabela 1. A

pontuação total de cada dimensão é composta de 0 a 16 (Brandt et al., 2016).

Tabela 1. Dimensões da Escala de Humor Brunel (BRUMS).

Dimensões	Definição
Tensão	Estado de tensão musculoesquelético e preocupação.
Depressão	Estado emocional de desânimo, tristeza e infelicidade.
Raiva	Estado de hostilidade para com os outros.
Vigor	Estado de energia e resistência física.
Fadiga	Estado de cansaço ou baixa energia.
Confusão Mental	Estado de tontura e instabilidade nas emoções.

Fonte: Brandt et al. (2010).

2.4 ANÁLISE ESTATÍSTICA

A análise estatística foi realizada no SPSS versão 29.0 (IBM Corporation, Armonk, NY, EUA) e o nível de significância adotado foi de P<0,05. Os dados foram apresentados de forma quantitativa por meio de estatística descritiva (média e desvio padrão). A distribuição de normalidade dos dados foi avaliada através do teste de D'Agostino-Pearson e os testes T pareado (dados paramétricos) e de Wilcoxon (não paramétricos) foram utilizados para comparar os estados de humor nos momentos pré e pós competição. Para comparar a performance nos estados de humor entre vencedores e não vencedores foi utilizado o teste T não pareado e de Mann Whitney. Além disso, foi usada a análise de regressão logística visando confirmar os efeitos dos estados de humor no desempenho, ou seja, vencedores vs. não vencedores, sendo que os estados de humor foram aplicados como variáveis dependentes e a primeira colocação na competição como desfecho, o que gerou as chances/razão e o respectivo intervalo de confiança.

2.5 RESULTADOS

Ao avaliar os estados de humor nos momentos pré e pós competição, os fatores tensão, depressão, raiva, vigor e confusão mental tiveram uma redução significativa (P<0,05) no momento pós competição. Em relação ao desempenho, a depressão, raiva e confusão mental foram significativamente maiores (P<0,5) para os atletas não vencedores nos momentos pré e pós competição, enquanto o vigor foi menor (P<0,05) apenas no momento pós competição, conforme tabela 2.

Tabela 2. Estados de humor em dançarinos de Street Dance durante uma competição Sul-americana.

	Tensão		**Depressão**		**Raiva**		**Vigor**		**Fadiga**		**Confusão**	
	$\bar{x}$	±	$\bar{x}$	±	$\bar{x}$	±	$\bar{x}$	±	$\bar{x}$	±	$\bar{x}$	±
Amostra geral												
Pré (n=70)	10,20	3,08	4,09	3,66	4,80	3,53	11,31	3,24	8,43	3,68	5,29	3,52
Pós (n=70)	5,36***	3,77	2,37**	3,25	2,49***	3,26	10,00*	3,58	7,50	4,05	3,31***	3,36
Performance Pré												
Vencedores Pré (n=10)	9,80	3,36	1,70	2,00	1,30	2,16	13,00	2,62	7,30	3,86	2,40	2,67
Não vencedores Pré (n=60)	10,27	3,06	4,48$^{\#}$	3,73	5,38$^{\#\#}$	3,38	11,03	3,26	8,62	3,65	5,77$^{\#\#}$	3,43
Performance Pós												
Vencedores Pós	3,80	4,13	0,20	0,42	0,20	0,42	12,50	2,91	6,10	4,82	0,60	1,26

(n=10)												
Não vencedores Pós (n=60)	5,62	3,68	2,37#	3,25	2,87##	3,37	9,58#	3,53	7,73	3,90	3,77###	3,39

Nota: *P<0,05; **P<0,01; ***P<0,001 em relação ao momento pré competição.
#P<0,05; ##P<0,01; ###P<0,001 em relação ao desempenho entre vencedores e não vencedores nos momentos pré e pós competição.

Conforme tabela 3, em que relaciona os Estados de humor com o desempenho no momento pré competição, a raiva (OR= 0,61; P<0,01) e confusão mental (OR= 0,68; P<0,01) tiveram relação significativa, ou seja, quanto menor os valores, maiores as chances de vencer a competição. Já no momento pós competição, o vigor (OR= 1,34; P<0,05) e confusão mental (OR= 0,40; P<0,01) foram significativos, de modo que, quanto maior o vigor, maior também são as chances de vencer, por outro lado, quanto menor a confusão mental, maior é a chance de vencer.

Tabela 3. Resultado da regressão logística prevendo o desempenho de acordo com os Estados de Humor.

	Coeficiente de regressão (B)	**OR**	**95% IC**	**P**
Pré				
Tensão	-0,049	0,95	0,77 – 1,18	0,66
Depressão	-0,313	0,73	0,55 – 0,98	0,4
Raiva	-0,499	0,61	0,43 – 0,85	0,004**
Vigor	0,234	1,26	0,97 – 1,65	0,87
Fadiga	-0,099	0,90	0,75 – 1,09	0,30
Confusão	-0,391	0,68	0,50 – 0,91	0,009**
Pós				
Tensão	-0,148	0,86	0,70 – 1,06	0,16
Depressão	-0,789	0,45	0,18 – 1,12	0,09
Raiva	-0,988	0,37	0,13 – 1,09	0,07
Vigor	0,291	1,34	1,04 – 1,72	0,02*
Fadiga	-0,100	0,90	0,77 – 1,07	0,24
Confusão	-0,915	0,40	0,20 – 0,79	0,008**

Nota: IC: Intervalo de confiança 95%.

2.6 DISCUSSÃO

O presente estudo é inédito na modalidade da dança e teve como objetivo identificar os estados de humor pré e pós competição e associá-los a indicadores de desempenho entre dançarinos de *Street dance* durante uma competição Sul-americana. A partir do estudo identificou-se que os Estados de humor oscilaram entre os momentos pré e pós competição. Além disso, a raiva e confusão estão inversamente associadas ao desempenho no momento pré competição, enquanto a confusão e vigor após a competição, de forma inversa e uniforme, respectivamente.

Ao comparar os momentos pré e pós competição, a amostra geral apresentou redução em todas as variáveis, mas de forma significativa (P<0,05) para a tensão, depressão, raiva, vigor e confusão mental. No estudo descritivo de Trevisan, Schwartz e Auriemo (2017) em dançarinos, houve uma diminuição das variáveis vigor, tensão, raiva, depressão e confusão mental, exceto na variável de fadiga que aumentou. Segundo Rohlfs et al. (2004), Terry, Lane e Fogarty (2003), níveis elevados de fadiga podem influenciar na atenção, concentração, memória, cansaço físico e diminuição de rendimento físico no desempenho atlético, porém, essas

alterações dependem do tipo de modalidade, competição, duração da competição e modo de participação (solo, duo, trio, quarteto ou conjunto). Em nosso estudo, a competição era no conjunto, com um dia de competição e apenas uma coreografia, com duração máxima de três minutos, enquanto para Trevisan, Schwartz e Auriemo (2017), os dançarinos foram submetidos ao Exame de Grade 8 Award, sendo várias etapas e grande complexidade. O exame se baseia em uma aula com exercícios previamente preparados e estudados, ocorrendo com quatro candidatas no primeiro momento, depois participação solo, o que pode justificar os nossos achados.

Por outro lado, na modalidade de Jiu-Jitsu houve um aumento no momento pós-luta nas variáveis de depressão (P=0,007), raiva (P=0,011) e fadiga (P<0,001) (Geisel, Antonio; Laux, 2021). Escobar e Lacerda (2010) que analisaram atletas de *beach soccer*, notaram que houve uma diminuição das variáveis de vigor, tensão e confusão, com aumento considerável nas variáveis de depressão e raiva no momento pós competição. Já ao monitorar o treino em adolescentes (12 a 17 anos) e adultos (>18 anos), Rohlfs et al. (2008) identificaram que em cargas moderadas os adolescentes obtiveram aumento (P<0,05) de raiva e confusão mental no momento pós-treino, enquanto no treino de alta intensidade para os adultos, foi observado que as variáveis de depressão, raiva, vigor e fadiga tiveram um aumento significativo (P<0,05) no momento pós-treino.

Os resultados encontrados podem estar associados ao tipo de modalidade e tempo de execução prática na competição. Vale ressaltar que é preciso levar em conta as características particulares de cada atleta/competidor, que podem estar ligadas a fatores externos à competição (Brandt et al., 2010). Rohlfs et al. (2008) e Rohlfs (2004) mencionam que alterações nestas variáveis podem também estar atribuídas ao resultado de uma competição. Terry, Lane e Fogarty (2003) ressaltam que estas alterações também estão associadas ao grau de importância pessoal ao atleta/competidor.

No que diz respeito ao desempenho, a equipe vencedora de dançarinos de *Street dance* no momento pré-competitivo, obtiveram uma diminuição nas dimensões confusão mental (P<0,01), raiva (P<0,01) e depressão (P<0,05) em comparação a equipe não vencedora. Brandt et al. (2016) realizaram um estudo entre equipes vencedoras e perdedoras de vela no momento pré-competitivo, encontrando diminuição das variáveis de depressão (P<0,05) e fadiga (P<0,01), com aumento da variável de vigor (P<0,05) em comparação a equipe perdedora, onde os resultados mostram que os vencedores estão menos deprimidos e cansados e mais vigorosos.

Em um estudo com atletas de elite do voleibol, a equipe vencedora teve níveis menores de tensão (P<0,01) e confusão mental (P<0,01) no momento pré-competição (Andrade et al., 2016), enquanto Torres et al. (2020) no vôlei de areia, a equipe vencedora apresentou valores baixos de fadiga (P=0,03) e confusão mental (P=0,04) em comparação a equipe não vencedora. Uma justificativa para as diferenças nos resultados pode ser explicada na meta-análise de Beedie et al. (2000) em que esportes de curta duração e com habilidades abertas apresentam maiores alterações e o humor pré-competitivo adequado é necessário para alcançar resultados positivos ao final.

Já no momento pós competição de nosso estudo foi encontrado níveis superiores de vigor (P<0,01) e baixos de confusão mental (P<0,001), raiva (P<0,01) e depressão (P<0,05) em comparação a equipe não vencedora. Geisel, Antonio e Laux (2021) ao comparar os Estados humor e desempenho entre a equipe

perdedora e vencedora de jiu-jitsu, notaram que a equipe perdedora obteve um aumento nas variáveis de depressão (P<0,001), raiva (P<0,001) e fadiga (P<0,001), com uma diminuição significativa na variável de vigor (P=0,013) no momento pós-lutas em comparação ao momento pré-luta. Níveis elevados de vigor, com níveis baixos de depressão, fadiga e raiva, estão associados significativamente no resultado final de uma competição, aumentando as chances de um desempenho positivo (BRANDT et al., 2016).

Alguns autores como Devonport, Lane e Hanin (2005), Lane, Terry e Fogarty (2000) e Rohlfs et al. (2004), consideram que nos desportos, os Estados de humor podem ser decisivos. No geral, para Lane, Terry e Fogarty (2000), para se ter um bom desempenho atlético, é necessário níveis de fatores positivos (vigor) mais elevados quando associados aos níveis de fatores negativos (depressão, fadiga, raiva, tensão e confusão mental). Alterações nestes fatores podem influenciar negativamente, colocando em risco o treinamento esportivo ou o rendimento em uma competição (Devonport; Lane; Hanin, 2005).

Já ao relacionar os estados de humor com o desempenho no momento pré-competição, a raiva (OR= 0,61; P<0,01) e a confusão (OR= 0,68; P<0,01) tiveram relação significativa, ou seja, quanto menor os valores, maiores as chances de vencer a competição. Já no momento pós competição, o vigor (OR= 1,34; P<0,05) e confusão (OR= 0,40; P<0,01) foram significativos, de modo que, quanto maior o vigor, maior também são as chances de vencer, por outro lado, quanto menor a confusão mental, maior é a chance de vencer. São escassos os estudos que tenham feito essa relação, o que dificulta as comparações.

Em Brandt et al. (2016), na modalidade de vela, foi observado que as variáveis de vigor (OR= 1,26; P=0,04), fadiga (OR= 0,80; P=0,03) e depressão (OR=0,70; P=0,04) aumentam as chances de sucesso na competição. Já Brandt et al. (2019) verificaram que níveis elevados de raiva e tensão aumentam as chances do atleta de judô e jiu-jitsu terem um bom desempenho em 23 a 13% mutuamente, com níveis baixos de depressão, aumentando as chances de sucesso em 32%.

Segundo Totterdell e Leach (2001), a estabilidade dos Estados de humor necessita do uso de estratégias cognitivas para manter o equilíbrio emocional, podendo melhorar o desempenho esportivo. Fatores como duração do evento, tipo de habilidade envolvidas, quantidade de participantes e medida de desempenho usada podem interferir em um resultado final do desempenho esportivo (Beedie et al., 2000).

3 CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo mostram uma associação entre os Estados de humor e desempenho em dançarinos de *Street dance*, no qual os níveis de raiva e confusão mental estão associadas no momento pré-competição e vigor e confusão mental após a competição. Além disso, evidenciou-se diferenças significativas nas variáveis de tensão, depressão, raiva, vigor e confusão mental entre os momentos pré e pós. Sugere-se assim, que novos estudos sejam realizados na modalidade de dança, comparando os sexos, idades e níveis, contribuindo para melhor monitoramento das emoções e desempenho excelente a longo prazo.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Alexandro et al. Changes in mood states of Brazilian jiu-jitsu athletes during training and competition. **Journal of Sports Science and Medicine**, v. 15, n. 1, p. 601-605, 2019.

ANDRADE, Alexandro et al. Sleep quality, mood and performance: a study of elite brazilian volleyball athletes. **Journal of Sports Science and Medicine**, v. 15, n. 4, p. 601-605, 2016.

BEEDIE, Christopher J. et al. The profile of mood states and athletic performance: two meta-analyses. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 12, n.1, p. 49-68, 2000.

BEVILACQUA, Guilherme Guimarães et al. Estados de humor e resultado esportivo de uma equipe ao longo da segunda fase da liga nacional de futsal**. Psicologia: Teoria Pesquisa Brasília**, v. 35, n. 3, p. 1-7 2019.

BÔAS, Marcelo da Silva Villas et al. O nível de estresse de atletas de basquetebol em diferentes momentos do jogo em uma competição oficial. **Revista da Educação Física /UEM**, v. 25, n. 2, p. 203-210, 2014.

BRANDT, Ricardo et al. Association between mood states and performance of Brazilian elite sailors: Winners vs. Non-winners**. Cultura, Ciencia y Deporte**, v. 11, n. 32, p. 119, 2016.

BRANDT, Ricardo et al. Comparisons of mood states associated with outcomes achieved by female and male athletes in high-level judo and brazilian jiu-jitsu championships: psychological factors associated with the probability of success. **Journal of Strength and Conditioning Research**, v. 4, n. 2, p. 1-7, 2019.

BRANDT, Ricardo et al. Estados de humor de velejadores durante o Pré-Panamericano. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 16, n. 4, p. 834-840, 2010.

BRANDT, Ricardo et al. Relações entre os estados de humor e o desempenho esportivo de veleiros de alto rendimento. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 13, n.1, p. 117-130, 2011.

BRANDT, Ricardo; BEVILACQUA, Guilherme. G; ANDRADE, Alexandro. Perceived sleep quality, mood state, and their relationship with performance among brazilian elite athletes during a competitive period. **Journal of Strength and Conditioning Research**, v. 31, n. 4, p. 1033-1039, 2017.

CAMPOS, Carolina; NAKANO, Tatiana Cássia. Avaliação dos estados de humor em atletas de futebol de base durante uma competição: um estudo exploratório. **Revista Iberoamericana de Psicología**, v. 02, n. 01, p. 21-35, 2021.

DEVONPORT, Tracey J.; LANE, Andrew M.; HANIN, Yuri L. Emotional states of athletes prior to performance-induced injury. **Journal of Sports Science and Medicine**, v. 4, n. 4, p. 382-394, 2005.

DIAS, Hugo Morais et al. Perfil dos estados de humor em atletas de alto rendimento: revisão dos estudos publicados no Brasil**. Arquivos Ciências e Esporte**, v. 7, n. 4, p. 180-186, 2019.

ESCOBAR, Luiz; LACERDA, Adriana. Identificação e caracterização dos estados de humor de atletas da seleção carioca de beach soccer durante o campeonato brasileiro. **Movimento & Percepção**, v. 11, n. 16, p. 107-119, 2010.

FONTELLES, Mauro José et al. **Metodologia da pesquisa cientifica**: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. Belém-Pará, 2009.

GEISEL, Jean Christian Rita; ANTONIO, Dayanne Sampaio; LAUX, Rafael Cunha. O efeito da competição sobre os estados de humor de jovens atletas de Jiu-Jitsu. **Brazilian Journal of Science and Movement**, v. 29, n. 4, p. 1-16, 2021.

LEANDRO, Leonardo S. et al. Perfil de estados de humor em atletas de basquetebol entre competições e posições de jogo. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 36, n. 3, p. 141-147, 2018.

RODRIGUES, Michele Caroline da Silva. **Dança**. 1. ed. Porto Alegre: Sagah, 2018.

ROHLFS, I. C. P. M. et al. Aplicação de instrumentos de avaliação de estados de humor na detecção da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 10, n. 2, p. 111-116, 2004.

ROHLFS, I. C. P. M. et al. A Escala de Humor de Brunel (Brums): Instrumento para detecção precoce da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 14, n. 3, p. 176-181, 2008.

ROTTA, Tatiana Marcela; ROHLFS, .C.P.M; OLIVEIRA, Walter Ferreira. Aplicabilidade do Brums: estados de humor em atletas de voleibol e tênis no alto rendimento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 20, n. 6, p. 424-428, 2014.

TERRY, P. C.; LANE, A. M.; FOGARTY, G. J. Construct validity of the profile of mood states - adolescents for use with adults. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 4, n. 2, p. 125-139, 2003.

TORRES, Vitor Bruno Cavalcanti et al. Desempenho técnico-tático e estados de humor: indicadores entre vitória e derrota em atletas jovens de voleibol de praia. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. 1-15, 2020.

TOTTERDELL, P.; LEACH, D. Negative mood regulation expectancies and sports performance: an investigation involving professional cricketers. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 2, n. 4, p. 249-265, 2001.

TREVISAN, P. R.T. C; SCHWARTZ, Gisele Maria; AURIEMO, Danielle Ferreira. Avaliação de estados de humor nos exames da Royal Academy of Dance. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 33, n. 4, p.1-9, 2017.