

## “Sua mãe joga handebol?”: a participação de mulheres adultas no esporte no distrito de Floriano/Maringá-Pr

**Milena Caroline Bergantin**

Universidade Estadual de Maringá  
[miii.bergantin@gmail.com](mailto:miii.bergantin@gmail.com)

**Giovanna Xavier de Moura**

Centro Universitário Ingá  
[giovannax.moura@hotmail.com](mailto:giovannax.moura@hotmail.com)

**Fernando Augusto Starepravo**

Universidade Estadual de Maringá  
[fernando.starepravo@hotmail.com](mailto:fernando.starepravo@hotmail.com)

Envio original: 31-01-2023. Revisões requeridas: 20-05-2023. Aceitar: 25-06-2023. Publicado: 16-10-2023.

---

### Resumo

Considerando o número reduzido da oferta de atividades dedicadas às mulheres adultas, o Projeto MUDE (Mulheres do Esporte) foi criado como projeto esportivo-social para mulheres que nunca praticaram esportes ou já praticaram em algum momento da vida. Assim, a pesquisa analisou a participação e as experiências das mulheres no esporte no Centro Esportivo do Distrito de Floriano/Maringá-PR. Para isso, foram realizados diários de campo e entrevistas com 20 mulheres com perguntas relacionadas ao preconceito, às potencialidades do esporte e as razões pelas quais optaram pela prática. Os resultados indicaram que a participação das mulheres no MUDE as auxiliou tanto em aspectos físicos, psicológicos, como sociais e mudou a forma de perceberem o esporte. Assim, concluímos que o esporte proporcionou a essas mulheres um novo estilo de vida, amizades e coragem para desafiar situações cotidianas, melhorou a autoestima e a forma de ver o mundo.

**Palavras-chave:** Esporte, Participação, Mulheres adultas, Gênero.

---

### Resumen

Considerando el número reducido de actividades ofrecidas para mujeres adultas, el Proyecto MUDE (Mulheres do Esporte) fue creado como un proyecto deportivo-social para mujeres que nunca han practicado deportes o han practicado deportes en algún momento de sus vidas. Así, la investigación analizó la participación y las experiencias de las mujeres en el deporte en el Polideportivo del Distrito de Floriano/Maringá-PR. Para este fin, se realizaron diarios de campo y entrevistas a 20 mujeres con preguntas relacionadas con el prejuicio, el potencial del deporte y las razones por las que optaron por la práctica. Los resultados indicaron que la participación de las mujeres en MUDE las ayudó tanto en aspectos físicos, psicológicos y sociales y cambió la forma en que perciben el deporte. Así, concluimos que el deporte proporcionó a estas mujeres un nuevo estilo de vida, amistades y coraje para desafiar las situaciones cotidianas, mejoró la autoestima y la forma de ver el mundo.

**Palabras-clave:** Deporte, Participación, Mujeres adultas, Género.

---

### Abstract

Considering the reduced number of activities offered for adult women, the MUDE Project (Women of Sport) was created as a social project for women who have never played sports or have practiced at

some point in their lives. Thus, the research analyzed the participation and experiences of women in sport at the Sports Center of the District of Florianópolis/Maringá-PR. For this, field diaries and interviews were carried out with 20 women with questions related to prejudice, the potential of the sport and the reasons why they chose to practice it. The results indicated that the participation of women in MUDE helped them in physical, psychological and social aspects and changed the way they perceive sport. Thus, we concluded that sport provided these women with a new lifestyle, friendships and courage to challenge everyday situations, improved their self-esteem and the way they see the world.

**Key-words:** Sport, Participation, Adult Women, Gender.

---

## Introdução

O termo “participação” está ligado ao direito dos cidadãos de usufruírem daquilo que historicamente foi construído pela sociedade e reconhecer o direito do cidadão de usufruir de práticas esportivas consideradas como bens sociais. Significa pensá-las como cultura vivenciada, que é direito de todos e todas e não apenas de alguns, ou seja, a prática esportiva nada mais é do que um bem social conquistado por nós mesmos historicamente através de nossas culturas (STIGGER, 1998).

A relação entre participação e esporte se faz presente na Lei Pelé (BRASIL, 1998), em que o esporte de participação é considerado uma das quatro manifestações esportivas juntamente com o esporte educacional, o esporte de rendimento e o esporte de formação. O esporte de participação é entendido como aquele em que o objetivo é contribuir para a promoção da saúde e educação e a integração dos participantes na vida social por meio da prática esportiva.

Ao considerarmos o esporte em sua totalidade, Tubino (2006) destaca que ele é considerado um dos fenômenos socioculturais mais importantes no final do século XX. Isso pode ser observado com o número crescente de participantes e a quantidade cada vez maior de espaço ocupado pelo esporte na mídia internacional. Além disso, o esporte e a cultura humana andam juntos, pois através do estudo do esporte, podemos compreender épocas e povos, já que cada período histórico tem o seu esporte e a essência de cada povo nele se reflete (TUBINO, 2006). É através do estudo do esporte que conseguimos outros dados importantes como, por exemplo, para quem eram destinadas as práticas esportivas, como era a convivência em sociedade, como o esporte foi avançando de acordo com a civilização e as mudanças pela qual a sociedade passava. Em sentido semelhante, Bourdieu (1990) afirma que o universo dos esportes não é fechado mas inserido em um sistema de práticas constituídos por eles próprios, ou seja, é um programa de práticas que não é o mesmo no decorrer das décadas, sendo marcado pelas apropriações dos agentes sociais nele inseridos.

Foi através da chegada da corte no Rio de Janeiro, no século XIX, que iniciaram as mudanças nas cidades urbanas e um estilo de vida transitório daquele centrado na família para um mais individualista, estabelecendo barreiras entre o eu e o outro, também filhas e esposas que antes ocupavam salas de visitas e, posteriormente, passeios públicos (LUCENA, 2001). Essas mudanças na

sociedade no Brasil do século XIX, fizeram com que as mulheres saíssem da vida privada para participarem da vida pública. O que antes suas atividades eram restritas aos cuidados com a família e o lar, a participação das mulheres em atividades ao ar livre passou a ser aceita.

Segundo Mourão (2000), a inserção e a crescente participação da mulher brasileira no esporte e em atividades físicas se deram através da superação de alguns obstáculos e domínios da prática e representações, marcadas pelas ideologias patriarcais, higiênicas e eugênicas, cercadas de preconceitos e discriminações na passagem do século XIX para o século XX. Aquelas que se interessassem pela prática desportiva poderiam participar única e exclusivamente se pertencessem à elite e se a família a apoiasse, visto que nesse contexto os esportes eram considerados como área de reserva masculina.

Diante disso, ainda hoje a prática esportiva é tida como um âmbito pertencente aos homens e que às mulheres devem ser reservados os afazeres domésticos e as responsabilidades como mãe. Apesar das barreiras enfrentadas, 50,4% das mulheres brasileiras praticando atividade física, mas ainda há um abandono considerável das atividades a partir dos 25 a 34 anos (BRASIL, 2015). Isso reforça que grande parte das práticas e incentivo a elas é destinado a mulheres atletas ou meninas e adolescentes, deixando de lado mulheres adultas não-atletas. Mulheres que hoje são maduras viveram em um período de forte repressão e que, possivelmente, também naturalizaram a visão de que a prática esportiva era destinada aos homens e por esse motivo, muitas podem ter deixado de praticá-la.

Nesse sentido, o projeto MUDE (Mulheres do Esporte) foi criado com o intuito de permitir experiências a mulheres adultas por meio do handebol e treinamento funcional. Sendo assim, o objetivo de nosso trabalho é analisar a participação e as experiências das mulheres no esporte no Centro Esportivo do Distrito de Floriano/Maringá-PR.

## **Metodologia**

Trata-se de uma pesquisa qualitativa exploratória e de campo. A pesquisa exploratória caracteriza-se pela busca da compreensão de fenômenos a partir do olhar de participantes e os significados atribuídos por eles (as) (GIL, 2008, NEVES, 1996). Já a pesquisa de campo se caracteriza pelo aprofundamento de questões de um grupo social ou comunidade compreendendo a interação entre as pessoas participantes por meio da observação (GIL, 2008).

Para o estudo, foram realizadas entrevistas estruturadas com 20 mulheres com idade entre 20 e 55 anos que participaram do Projeto Mude (Mulheres do Esporte) do Distrito Floriano, Maringá – Paraná em 2018. O Projeto MUDE, de criação e aplicação da autora Milena Bergantin, que identificou a ausência de atividades para mulheres no Distrito, envolvia a prática esportiva em que, inicialmente, era trabalhado o treinamento funcional e, aos poucos, foi introduzida a modalidade do handebol. As mulheres foram submetidas à prática esportiva em dois dias por semana, com início no dia 06/03/2018

e término no dia 12/10/2018. Diante disso, o convite para a participação da pesquisa foi realizado pela própria professora, que agendou o melhor horário para a realização das entrevistas.

Foi elaborado um roteiro de entrevistas estruturadas adaptado do roteiro elaborado por Schwartz *et. al* (2015) no artigo “Estratégias de participação da mulher nos esportes de aventura” e que foram adaptadas a nossa realidade. As questões de nosso roteiro abordavam as motivações e razões pelas quais as mulheres procuraram a prática esportiva no Projeto MUDE e quais as barreiras, potencialidades e preconceitos relacionados a prática esportiva de mulheres. Também foi realizado ao longo das atividades um diário de campo, com anotações dos acontecimentos e dos diálogos das mulheres durante as aulas.

As entrevistas foram realizadas em agosto de 2018 e foram transcritas, respeitando a linguagem das participantes. A partir da leitura das entrevistas realizadas com as mulheres do Projeto MUDE e do Diário de Campo, por meio da Análise de Conteúdo de Bardin (2011) foi possível identificar três categorias, a saber: (1) a influência familiar para mulheres que buscam a prática esportiva; (2) o preconceito na prática esportiva por mulheres e; (3) esporte como forma de participação, acolhimento e amizade, que serão apresentadas no decorrer deste texto.

### **Participação da mulher no esporte**

Antes de abordarmos especificamente nossos resultados, entendemos ser necessário apresentar dados sobre a participação das mulheres no esporte e no handebol. Segundo Mathias e Rubio (2010), desde o século XIX algumas mulheres buscavam romper a resistência masculina exercitando-se em lugares públicos, ainda que se constituíssem em manifestações isoladas. O esporte nessa época era destinado a elite e às mulheres cabiam acompanhar seus maridos. É nesse período também que, de acordo com Goellner (2012), o esporte era reconhecido como um símbolo de modernidade e status, principalmente para a elite.

Segundo Salvini (2010), no final do século XIX, torna-se visível a presença do tempo livre com a prática de determinados esportes, mas o principal era a forma com a qual essa grandeza de praticar o esporte era dada somente aos nobres e não destinada às mulheres. Às mulheres estavam destinados aos cuidados com o lar, com a família, com a procriação de filhos fortes e saudáveis (SALVINI, 2010).

Ainda assim, a aceitação de mulheres em esportes e outras atividades físicas vivia a dualidade entre as propostas eugenistas e higienistas, e certas características comuns ao universo da cultura física — como o suor excessivo, o esforço físico, as emoções fortes, as competições, a rivalidade consentida, os músculos delineados, os perigos das lesões e a leveza das roupas — que, quando relacionados a mulher, despertavam suspeitas por parecerem abrandar certos limites que contornavam uma imagem ideal de ser feminina (MATHIAS; RUBIO, 2010, p. 198).

Na citação acima o que chamava a atenção eram esse determinismo biológico utilizado para explicar as desigualdades entre homens e mulheres, a inferioridade das mulheres em relação aos homens (SCOTT, 1995; CARVALHO; RABAY, 2015), sendo necessário, então, diferenciar atividades masculinas das femininas. Por meio do questionamento dos aspectos físicos, as mulheres eram vistas como frágeis e incapazes de realizar tais atividades que, na época, eram direcionadas ao público masculino, o famoso mito do sexo frágil.

Mathias e Rubio (2010) citam Fernando de Azevedo que teve um importante papel por sua longa trajetória científico-literária. Fernando de Azevedo, em 1920, acreditava que a educação física era importante para todos, entretanto, as mulheres deveriam escolher esportes menos violentos para que cuidassem de seus corpos. Segundo Azevedo, a dança era a única prática corporal permitida para as mulheres (MATHIAS; RUBIO, 2010). Nesse período, era reforçado o papel social das mulheres reduzindo-as à sua função materna e os cuidados com a casa. Quaisquer atividades que pudessem comprometer ou prejudicar essa condição natural da época, eram proibidas a elas.

Porém, a partir do século XX, a ginástica também passou a ser permitida às mulheres, pois exigia flexibilidade, destreza, leveza nos saltos. Além disso, a ginástica era valorizada por ser completamente despida de competitividade e agressividade (MATHIAS; RUBIO, 2010). Segundo Mathias e Rubio (2010), a caminhada e a corrida de pequenas distâncias poderiam também fazer parte das atividades femininas da época, se destacando, então, o caráter higienista através dos cuidados com a higiene, os passeios ao ar livre, preservando a saúde e prevenindo doenças.

Cabe destacar que nesse momento, no Brasil, a prática dessas atividades por mulheres passou a ser aceita pela sociedade porque era necessária a preparação dos corpos para a maternidade, como destaca Moura (2018):

A mulher da elite, branca, passa a ter um papel fundamental: a maternidade, considerado uma necessidade nacional, pois é por meio dela que seria possível o refinamento da raça e o fortalecimento dos filhos. A atividade física passou a ser aceita para as mulheres visando as condições maternas, preparando seus corpos para serem fortes, pois só assim gerariam filhos fortes, hígidos. Apesar do suporte inicial dado à prática esportiva para as mulheres, nem todas as atividades eram liberadas a elas, assim como havia diferenças entre as atividades para homens e para mulheres. Aos homens eram destinadas as atividades que buscassem o trabalho muscular. Para as mulheres, a prática deveria ser controlada de forma a manter as condições naturais da mulher, manter a graça e a delicadeza.

A última prática apontada por Fernando de Azevedo é a natação, pois justificava a harmonia do corpo e inspirava a graça dos movimentos (MATHIAS; RUBIO, 2010). Um dos grandes nomes deste período foi Maria Lenk. Filha de alemães, começou sua prática esportiva por motivos de saúde, sendo

treinada pelo pai nas águas rio Tietê. Assim, Maria Lenk abriu as portas da natação competitiva feminina ao conquistar o título de uma prova no Rio de Janeiro (OLIVEIRA; CHEREM; TUBINO, 2008). Com isso, Oliveira, Cherem e Tubino (2008) contam que Maria foi a primeira mulher a representar o Brasil e a América do Sul nos jogos olímpicos de Los Angeles.

Foram os eventos da década de 1930 que marcaram o início do movimento da esportivização feminina nos grandes centros urbanos do Brasil. Podemos citar os Jogos Femininos do Estado de São Paulo, em 1935, em que há uma abertura para a realização de práticas esportivas para as mulheres. Mesmo com a inserção nos jogos, houve conflitos em relação ao pensamento da sociedade, pois ainda não tinham o incentivo por parte da população. As mulheres não eram vistas como atletas e nem como capazes de praticar esportes (OLIVEIRA; CHEREM; TUBINO, 2008).

Já a partir da segunda metade do século XX, de acordo com Goellner (2005), as modalidades como voleibol, basquetebol, natação, tênis e atletismo tornaram-se cada vez mais praticadas, possibilitando que a participação das mulheres nas competições nacionais e internacionais tivesse também um significativo avanço.

As lutas vivenciadas pelas mulheres dos séculos anteriores, nos permitem ver que a prática esportiva nem sempre foi como é hoje. Existiram muitos episódios e fatos que marcaram essa história, principalmente a luta indireta pela igualdade de participação das mulheres. Entretanto, mesmo que a participação no esporte seja significativa atualmente, ainda é consideravelmente menor que a participação dos homens.

A presença das mulheres nos Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Londres (2012), por exemplo, foi tida como positiva. Os argumentos utilizados para validar essa conquista, segundo Goellner (2012), foi o número de participantes e o número de medalhas conquistadas pelas mulheres. Nestas Olimpíadas, as mulheres representaram 44% do total de atletas participantes e 35,4% nos Jogos Paraolímpicos, caracterizando-se como os maiores percentuais registrados até então (GOELLNER, 2012).

A delegação brasileira também esteve bem representada nos dois últimos jogos. Em 2012, as mulheres representaram 47,47% do total da delegação brasileira nos Jogos Olímpicos e 37,57% nos Jogos Paralímpicos. Essa participação levou a um percentual inédito da história das mulheres no esporte. Nos Jogos Olímpicos, ocuparam o 22º lugar, conquistando 17 medalhas no boxe, judô, pentatlo, vôlei e vôlei de praia (2 ouros e 4 bronzes, totalizando 6 medalhas). Já nos jogos Paralímpicos, a delegação brasileira ficou em 7º lugar no geral, com 43 medalhas, sendo as mulheres medalhistas no atletismo, judô e natação (3 ouros, 4 pratas e 4 bronzes, totalizando 11 medalhas) (GOELLNER, 2012).

Segundo Burigo (2016) os Jogos Olímpicos de 2016, que aconteceram no Rio de Janeiro, foram as “Olímpiadas das mulheres”, pois marcaram a maior participação de mulheres, representadas por 45% do total de atletas disputando o evento. O maior destaque desses Jogos, sem dúvidas, foi a ginasta americana Simone Biles, de 18 anos de idade. A atleta conquistou um total de 5 medalhas, sendo 4 ouros e 1 de bronze, tornando-se a primeira ginasta a conquistar o título mundial no individual geral em três edições consecutivas do evento. Biles ainda terminou sua participação nos Jogos com a seguinte frase: “Eu não sou o próximo Usain Bolt ou Michael Phelps. Sou a primeira Simone Biles” (BURIGO, 2016).

É certo que devemos comemorar o fato de ser a maior participação feminina em relação aos Jogos Olímpicos passados, porém a representação de mulheres foi de 45%, não atingindo a metade de participantes. Dessa forma, ainda falta uma maior participação para que essa representação seja igualitária.

No que diz respeito ao esporte como uma prática de lazer, também há muito a ser conquistado, principalmente em termos de tempo e disponibilidade. Podemos citar como restrições

[...] a responsabilização das mulheres e suas filhas pelo trabalho doméstico e a consequente restrição para o tempo de lazer, além da naturalização de que a apropriação dos espaços e equipamentos públicos é privilégio dos homens (GOELLNER, 2012, p. 74).

Além disso, nas escolas o cenário também se mostra desfavorável em relação as meninas, por exemplo. O descaso e a não oferta de algumas atividades e modalidades esportivas, o maior uso do espaço esportivo destinado aos meninos, a falta de equipes e competições femininas, cabendo a elas atividades voltadas a apresentações em eventos escolares, como dança, ginástica, teatros, entre outras que não colocam em dúvida sua feminilidade (ALTMANN, 2014; MOURA, 2022).

Alguns dados apresentados pelo Diagnóstico Nacional do Esporte, em 2013, mostraram a desigualdade em relação às crianças que iniciam a prática esportiva dos 06 aos 10 anos de idade. Do sexo masculino cerca de 41,6% iniciaram a prática esportiva entre essa idade, enquanto crianças do sexo feminino apenas 29,7% (BRASIL, 2015). Percebemos, então, que os meninos são privilegiados em relação ao início da prática esportiva. Esse resultado pode se dar pelo fato de os meninos receberem maior apoio familiar do que as meninas, principalmente devido a construção histórica de que a prática esportiva é um espaço masculino e masculinizante (MOURA, 2018).

Outro dado importante encontrado na pesquisa é que, em relação ao acesso a instalações esportivas, para mulheres há uma dificuldade de 7,6% e para os homens 5,0%. Isto significa dizer que para mulheres é difícil disputar o espaço com os homens, para eles é como se as mulheres invadissem o espaço que acreditam ser destinado a eles, como o caso vivenciado pelas alunas do Projeto MUDE, que

será citado mais à frente. Isso pode ser corroborado pelo texto de Sousa e Altmann (1999) que destacam que os meninos ocupam e dominam esses espaços de prática esportiva, ou mesmo espaços amplos durante o recreio nas escolas, enquanto as meninas ocupavam espaços restritos, sendo muitas vezes interrompidas pelos meninos.

No que tange ao handebol, modalidade praticada pelas mulheres do projeto Mude, exige muito de seus atletas por ser um jogo muito dinâmico e de contato físico. Mesmo tendo sido aceito com mais facilidade que o futebol de mulheres, ainda é considerado um esporte agressivo e lesivo aos atletas (MOURA *et. al*, 2010). Isso, por vezes, acaba fazendo com que as pessoas tenham uma visão distorcida da modalidade, principalmente se praticada por mulheres.

É perceptível o fato de as atletas de voleibol, modalidade onde não se tem contato físico, em sua maioria possuírem características tidas como mais “femininas” do que em outros esportes, como por exemplo, as vestimentas justas, na maioria das vezes cabelos longos, preso com faixas coloridas, acessórios de cabelos, entre outros. O voleibol feminino foi um dos, se não ‘o’ esporte, que mais teve relevância através da mídia e que sempre são transmitidos campeonatos de ligas na TV brasileira. Já no vôlei de praia em relação aos homens, são prestigiados por suas habilidades, jogam de bermuda e regata, enquanto as mulheres ficam com seus corpos expostos, tendo que jogar de “calcinha” e “top”, e além disso, devem estar com seus corpos “sarados”, porque senão, viram motivos de chacota e piada.

A estratégia de feminilização da mulher e de mostrar a delicadeza são usadas pelos meios de comunicação, e pelos próprios dirigentes, que buscam, não somente apresentar as habilidades esportivas, mas também a espetacularização dos corpos femininos no esporte. Dessa forma, estando próximo daquilo que é considerado feminino, a possibilidade de obter patrocínios de empresas que queiram vincular sua marca aumenta (SALVINI; SOUZA; MARCHI JUNIOR, 2012). Assim, percebemos que a mídia hoje tem um papel importantíssimo em relação a essa desigualdade.

Outro exemplo claro dessas situações, foi a regra apresentada pela Federação Paulista de Futebol, em 2001. As atletas deveriam cumprir exigências para que o campeonato fosse bom e bonito.

Assim, por exemplo, atletas de cabelos raspados foram barradas – a preferência era por moças de cabelos compridos; também havia um componente etário nas pré-condições, as atletas não poderiam ter mais de 23 anos para jogarem, provavelmente pelo fato das imagens das mais novas serem mais facilmente erotizáveis na mídia em geral (KNIJNIK; VASCONCELOS, 2003).

Nesse caso, a mídia buscou aquilo que o público quer ver, ou seja, existe algo de errado, mas não só por parte da mídia, mas também por parte do público. Existe preconceito em relação a participação das mulheres no âmbito esportivo, pois se elas praticam algum esporte onde a predominância é masculina, logo são julgadas e rotuladas injustamente por essa mesma sociedade. Não



é o tipo de cabelo, unhas pintadas, maquiagem, “acessórios femininos”, muito menos a idade, que possa impedir que mulheres busquem a prática esportiva e participem da forma que desejarem.

De acordo com Devide (2011), ainda há um consenso em interpretar o desporto como uma área de reserva masculina, onde as mulheres tendem a sofrer questionamentos em relação às identidades entre ser feminina ou masculina, além de sofrerem com o estereótipo da masculinização. Dessa forma, a sociedade estabelece meios de categorizar pessoas, sem que ao menos conheçam e entendam a história de cada uma que na maioria das vezes apenas buscam por realizar seus sonhos através do esporte.

## **Resultados e discussões**

### **A Influência Familiar para mulheres que buscam a prática Esportiva**

Em situações cotidianas, em geral, recorreremos à nossa família quando precisamos de suporte já que essas são as pessoas responsáveis por nos incentivar. Essas situações não são diferentes quando tratamos do esporte. Estudos como o de Ferreira e Moraes (2012) mostram a importância da família, principalmente quando estamos na fase de iniciação esportiva em que o incentivo, a ajuda de estabilidade e a motivação são vindos de nossos familiares. Em se tratando de mulheres, o trabalho de Chu *et. al* (2003) e Monteiro (2016), reafirmam que o apoio da família é essencial para o desenvolvimento esportivo.

No Projeto MUDE, a maioria das participantes eram mães e também tinham responsabilidades com os cuidados com a casa, e o apoio e incentivo familiar, seja de seus pais, mães, avós, avôs, marido e até mesmo dos filhos, surge como incumbência dessas tarefas em determinados momentos para que essas mulheres tenham tempo livre para se dedicarem ao esporte, seja para se divertir ou apenas para socializar com outras mulheres. Isso pode ser corroborado pela fala da Participante 18, que destaca “não tenho e nunca tive problemas para fazer as coisas que tivesse vontade, meu marido sempre me ajudou, quando eu saía pra trabalhar fora e ele ficava em casa a hora que eu chegava até a janta já estava pronta”. Nesta situação, percebemos que há um suporte da família da participante para que ela tenha seu momento de lazer. Sua família, em especial o marido, colabora com as tarefas cotidianas, ajuda nas dificuldades e imprevistos que podem surgir para que ela possa fugir um pouco de sua rotina, praticando o esporte e interagindo com outras mulheres. Sobre isso, Silva e Fleith (2010, p. 22) já destacavam que “os pais ajudam a organizar a rotina dos jovens, monitoram suas atividades e os ajudam a superar eventuais dificuldades”.

Além disso, um estudo feito por Ferreira e Moraes (2012) aponta que a família foi o principal fator que motivou e deu apoio aos atletas que estavam iniciando a prática esportiva. Em se tratando

disso, podemos relacionar ao fato de a família dessa mulher ser também o ponto chave para que elas possam se interessar, se envolver e buscar pela prática esportiva mesmo que não seja para o alto rendimento.

Entretanto, sabemos que situações e experiências como a da participante acima são raras exceções. No grupo existiam mulheres casadas, que estudavam, mães, mulheres que ainda estão apenas estudando e moram com os pais, mulheres com rotinas muito diferentes umas das outras, mas que enfrentavam dificuldades muito parecidas. Elas destacavam que “o trabalho, a falta de tempo, cuidar dos filhos, da casa, acho que é essa a maior dificuldade pra conseguirmos participar do esporte” (PARTICIPANTE 14, 2018). A Participante 3 (2018) ainda complementa:

A maioria de nós somos donas de casa, mães, trabalhadoras. Eu trabalho fora, tenho que cuidar de casa, acima de tudo ser mãe, mas precisamos fazer um esforço para continuar participando né?!”. “[...] Acredito que pra uma mulher casada é mais complicado, principalmente porque tem o marido, filhos e a casa pra cuidar, já eu não, sou só eu e minha filha rrsrrs posso fazer o que quiser.

Um ponto interessante de se destacar é a dificuldade da prática esportiva por mulheres devido a dupla jornada de trabalho, isto é, além de manterem suas ocupações profissionais, ao retornarem para casa, também precisam dar conta das atividades no ambiente doméstico. Mesmo em casos em que há a presença de maridos e filhos, a responsabilidade dos cuidados com a casa ainda é considerada como única e exclusiva das mulheres, fato naturalizado historicamente (BIROLI; MIGUEL, 2014; PIMENTA; LOPES, 2014). Assim, após essa jornada exaustiva de trabalho, o tempo para o lazer fica restrito, isso quando ainda é possível destinar tempo para isso. Como na situação citada acima, há um esforço considerável feito por essas mulheres para dedicarem parte dos seus dias a prática esportiva.

É interessante salientar, também, que em uma anotação ao diário de campo uma das mulheres afirmou que outra participante não poderia vir, pois a sua mãe estava brava já que havia deixado a sua filha para que ela cuidasse o final de semana todo. O que percebemos aqui é que, em algumas situações, para dedicarem esse momento do dia a prática esportiva há a necessidade de um suporte de pessoas próximas, em que familiares precisam assumir os papéis dessas mulheres, no caso acima, o “papel da maternidade”. Dependendo de outras pessoas pode ser uma limitação para a participação no Projeto. Além disso, o fato de que se familiares e amigos, ou pessoas que convivem com essas mulheres, não as auxiliarem e incentivarem a prática, podem acabar as desestimulando e fazendo com que desistam do esporte.

Nesse mesmo sentido, uma das participantes respondeu na entrevista que “Tem uma amiga minha que sempre chamo ela, mas o marido nunca deixa e ela morre de vontade de *viiii*!” (PARTICIPANTE 15, 2018). A questão de submissão das mulheres em relação aos homens ainda

existe em nossa sociedade, muitas acabam deixando de fazer o que gostam para viverem suas vidas limitadas e que giram entorno da decisão de seus maridos sobre o que podem ou não fazer, enquanto a eles é permitido que saiam para jogar bola e beber com amigos.

A família exerce ainda a relevante função de servir como modelo de determinados valores e atitudes como, por exemplo, trabalho árduo e dedicação à atividade, que constituem aspectos ligados ao desempenho notável (SILVA; FLEITH, 2010). Esses valores podem ser transmitidos às gerações mais novas que podem reproduzir comportamentos limitadores a participação das mulheres no esporte ou mesmo à não contribuição com as atividades domésticas.

### **O preconceito na prática esportiva por mulheres: O que dizem as participantes do Projeto MUDE**

O preconceito em relação a participação das mulheres no esporte não é discussão recente. O espaço esportivo é representado por movimentações que exigem força, velocidade, contato físico, aspectos esses considerados socialmente como masculinos. As mulheres que adentram este meio são questionadas e recebem o rótulo de masculinizadas, ou de pouco femininas. Enfrentar essas representações é lidar com possíveis preconceitos por parte de homens, mas também de mulheres (DEVIDE, 2005; MOURÃO, 2003).

Assim, durante nossas entrevistas questionamos às mulheres participantes se acreditavam na existência de preconceito, se já passaram por algum tipo de preconceito por praticarem esportes que de alguma forma pudesse fazer com que elas desistissem de participar. As respostas apresentaram temas em relação aos corpos, à dúvida sobre a capacidade de praticar esportes e ao entendimento de que o espaço físico esportivo é destinado aos homens.

Uma das respostas mais comuns foi em relação ao corpo. O fato de outras mulheres dizerem que por estarem acima do peso não conseguiriam jogar, ou por serem baixas era fator de incômodo para nossas participantes. Sobre o fator peso, a Participante 3 (2018) relatou que: “Sim, já passei por preconceito, principalmente por eu ser mais ‘cheinha’, muitos me perguntam: ‘Mas você é gordinha, aguenta correr?’. E não é assim, quando você está aqui é tudo diferente, tudo se transforma é uma delícia”. Em sentido semelhante, a Participante 5 (2018) relata sobre sua altura, mas não enxerga isso como forma de preconceito: “Ah...Preconceito não, mas o fato de eu ser baixinha desfavorece, muitas meninas até dizem que posso ser o chaveirinho do time e também quase não pego a bola”.

Isso foi identificado por Moura (2018) em relação a prática do rugby por mulheres. A autora destaca que no esporte há uma supervalorização do corpo, já que este é a ferramenta de “trabalho” e se torna evidente. Além disso, também há uma cobrança para que as mulheres se adequem aos padrões sociais de beleza, um corpo bonito, magro, branco, feminino, com altura mediana, seja dentro ou fora

do esporte, fazendo com que a sociedade aceite melhor mulheres atletas que se encaixe nesses padrões agradáveis aos olhos (SIMÕES; CORTEZ; CONCEIÇÃO, 2004). Há uma tendência a tentar moldar essas mulheres ou utilizar das características que não se encaixam nesses moldes como uma limitação da capacidade de realização das tarefas exigidas.

Além disso, é possível perceber que, pela fala das participantes, o preconceito não se limita apenas ao “universo masculino”, mas também existe por parte das próprias mulheres, ou seja, as próprias mulheres acabam incorporando o preconceito contra elas mesmas, até mesmo a própria entrevistada. O fato de uma mulher ser um pouco mais “cheinha” que outras, “baixinha” ou mais “velha” e até mesmo o medo do esporte, pois acreditavam que poderiam se machucar, isso tudo também acaba sendo motivo para duvidarem de seu potencial. Esse preconceito por parte das próprias mulheres é destacado por Goellner (2006, p. 92) que afirma que

A prática esportiva, o cuidado com a aparência, a mudança de atitude, o desnudamento do corpo, o uso de artifícios estéticos por vezes era identificado como de natureza vulgar não só por moralistas, médicos, juízes e religiosos, mas por grande parte das próprias mulheres que eram também portadoras de rígida moral [...].

Esse processo de naturalização e apropriação das ideias e dos ideais sociais, principalmente vindo de homens, é considerado com um dos pontos mais cruéis do preconceito (SAFFIOTI, 1987; CROCHICK, 1997). Segundo Bourdieu (2002), esse processo, considerado uma forma de violência simbólica, acontece de forma inconsciente até o momento em que nossa forma de pensar passe a ser o produto da dominação do pensamento de homens, levando a autodepreciação ou a depreciação da própria classe.

Mesmo considerando a existência de preconceito por parte das próprias mulheres, a maioria das participantes também afirmou acreditar que o preconceito existe principalmente por parte dos homens, comentado pela Participante 1:

Já passei por preconceito, principalmente dos meninos, porque eles acham que o fato de serem homens a quadra é só para eles, eles que mandam em tudo e não é bem assim. Eu tive incentivo só do meu padrasto, pois meu irmão falava: “O que é que você vai fazer lá? Você nem sabe jogar”. Falei pra ele que iria aprender e um dia iríamos jogar juntos” (PARTICIPANTE 1, 2018).

Ou seja, percebemos aqui um monopólio do esporte e do espaço, pois as mulheres neste caso ameaçam o domínio masculino. Para Goellner (2006), é possível afirmar que a presença da mulher no esporte representa ameaça, porque chama para si a atenção de homens e mulheres, dentro de um universo que foi construído e dominado por valores masculinos, colocando em risco algumas

características tidas como femininas. Em uma anotação ao diário de campo no primeiro dia em que se iniciou o Projeto MUDE tivemos essa mesma situação:

Conseguimos a reserva da quadra, porém os meninos sempre costumavam jogar futsal das 19h às 22h. Com a nossa reserva, ficamos com o primeiro horário das 19h às 20h. A princípio os meninos não gostaram muito da ideia, alguns até falaram que no lugar deles irem jogar, agora teria dança para as velhas (DIÁRIO DE CAMPO, 06/03/2018).

Quando mulheres adentram o campo esportivo, há um certo receio por parte dos homens de que elas ocupem ou assumam esse lugar que sempre foi de poder, fazendo com que possam perder os privilégios de dominação e de superioridade em relação as mulheres (SAFFIOTTI, 1987). A situação acima deixa isso claro, quando homens percebem seu espaço ameaçado por mulheres, passam a menosprezar a atividade de mulheres ou entendem que podem coordenar tudo o que acontece ali, já que sempre foram os principais usuários da quadra.

Uma das participantes relatou sobre o preconceito no sentido da dúvida não só sobre a capacidade das mulheres em praticar esportes, mas também em relação a sua idade:

Sem contar que minha filha esses dias estava me contando que foi contar para as amigas do colégio dela que eu jogava handebol junto com ela e elas ficaram indignadas: ‘Sua mãe joga handebol??’ e ela respondeu: ‘Sim, e ainda faz gol do meio da quadra!’ [risos] (PARTICIPANTE 16, 2018).

Pela fala da Participante 6, vemos que as pessoas ficam surpresas ao saberem que uma mulher madura pratica uma modalidade esportiva como o handebol. Muitas vezes, as mulheres são consideradas menos habilidosas ou mesmo incompetentes para serem atletas (JONCHERAY; TLILI, 2013). Isso porque sempre houve uma comparação das habilidades de homens e mulheres, em que mulheres são analisadas a partir dos padrões de homens. Além disso, por homens terem tido acesso aos esportes antecipadamente às mulheres, pode ser um fator a se pensar quando se trata do tempo para aprender e desenvolver novas habilidades esportivas.

### **Esporte como forma de aceitação, acolhimento, amizade e saúde**

Durante as entrevistas perguntamos às mulheres os motivos pelos quais buscaram a prática esportiva que, em sua maioria, responderam que além de fazer bem à saúde corporal, faz bem também a saúde mental. Inicialmente, muitas mulheres se inscreveram no projeto com o intuito do cuidado com a saúde por meio do emagrecimento. Ao longo do desenvolvimento e da participação no projeto, as participantes relataram que já não se importavam mais com isso, e sim em se sentirem bem e dispostas para suas atividades do dia-a-dia.

Nesse antes e depois, além do sentimento de disposição, as participantes também abordaram sobre as amizades que fizeram, mulheres que muitas vezes se encontravam no ônibus, na rua, mas que nunca haviam trocado uma palavra sequer e hoje estão saindo juntas. Criaram vínculos de amizades, fazem churrasco de final de semana e convivem de forma mais amigável.

Em relação as respostas sobre a busca pela prática esportiva, uma das participantes relatou:

Estava em um momento da minha vida de muita tristeza, não tinha mais amigos e quando fiquei sabendo do projeto, comecei a pesquisar sobre o esporte e vi que era aquilo que eu precisava. O esporte me deu novas amizades e melhorou muito a minha vida, até dormindo melhor estou e se eu perder um dia, fico chateada parece que falta algo (PARTICIPANTE 2, 2018).

O sentimento de amizade e união apareceu como forte elemento na busca pela prática esportiva. A amizade desenvolve papel importantíssimo no desenvolvimento social, permitindo um ambiente no qual elas podem aprender mais sobre si mesmas e sobre o mundo ao seu redor (GARCIA; PEREIRA, 2008). As mulheres do projeto podem aprender mais convivendo com outras, trocando experiências, ou seja, no grupo existem várias mulheres, cada uma com sua profissão, trabalho, família, crenças e é isso que nos faz conhecer o mundo com outros olhos.

Quando as participantes afirmaram que antes nem se falavam e hoje até saem juntas, reconhecemos as palavras de Garcia e Pereira (2008, p. 26): “Com a idade, as amizades das crianças demonstram mais estabilidade, mais altruísmo recíproco e mais conhecimento pessoal íntimo”. Assim, independentemente da idade, levando em consideração os adultos também, essa citação nos mostra que é assim mesmo que acontece. Com o tempo, vamos conhecendo melhor as pessoas, criando vínculos sem perceber e essa amizade vai se concretizando por meio de gestos, conversas sem intenção alguma. Atitudes visando o bem-estar do próximo, mas sem esperar nada em troca, é a partir disso que se criam as amizades.

Considerando a dinâmica de trabalho em grupos, tendemos a nos aproximar daquelas pessoas que possuem características semelhantes as nossas (GARCIA; PEREIRA, 2008). Quando o projeto começou, apenas 7 mulheres participavam. Com o tempo foram convidando suas amigas, vizinhas, mães, cunhadas, entre outras para que fossem participar também, algumas inclusive conheceram o projeto através das redes sociais. Assim, uma das participantes durante o jogo não quis participar, porém continuou a ir para os exercícios e, ao convidar uma amiga, resolveram participar do jogo juntas (DIARIO DE CAMPO, 29/05/2021).

Podemos dizer que a quantidade de dias em que essas mulheres se veem, o ambiente em que convivem (espaço e tempo), além das interações durante as aulas, atuam diretamente em seus relacionamentos com as demais participantes. O esporte, além de nos proporcionar qualidade de vida,

nos deixa mais “leves”, de bom-humor, nos transforma como cidadãos, nos ensina a trabalhar em equipe, a ter disciplina, a fazer amigos, a aceitar as pessoas como elas são, a compartilhar momentos de conquistas em conjunto. Ele também nos ensina a ganhar e a perder, mas sempre de mãos dadas, porque o esporte é feito de equipes e dentro dessas equipes existem pessoas diferentes, mas que buscam e lutam por um mesmo objetivo.

Essas mulheres, além de conviver em um ambiente novo, com pessoas novas, também se ajudam, dão forças e relatam sobre o quanto se sentem mais felizes e realizadas só pelo fato de estarem ali junto com outras mulheres. Essa convivência e união fez com que se sentissem uma família, um ambiente agradável e seguro, como reafirma a Participante 3 (2018): “Não é só a competição, eu acho que existe um companheirismo e é isso, agora somos uma família”. Esse sentimento de família reforça a importância das amizades como fatores importantes na motivação de atletas assim como no clima social (CORREIA; NETTO, 2012; PAIM, 2001). O ambiente acolhedor que essas participantes criaram foi importante para a permanência delas no projeto.

Além disso, as participantes relataram que todas as mulheres do mundo deveriam ter essa experiência de poder participar do esporte, de se divertirem e se sentirem incluídas em algo que antes nunca imaginariam que pudessem fazer, ainda mais por conta da idade. Não é só o fato de participar do esporte, mas também o fato de voltarem para a infância quando estão em quadra, como elas dizem: “O engraçado e gostoso é que quando jogamos permanecemos com o espírito de criança!” (PARTICIPANTE 3, 2018). Aqui a participante faz referência a infância, a liberdade de movimento, ao brincar, ao se divertir. Essa referência também pode ter relação com o momento em que não tinham cobranças, ou uma jornada de trabalho e cuidados com a casa, e com o papel de mães.

O fator saúde apareceu como o motivo principal na busca pela prática de atividades física. As mulheres do Projeto MUDE decidiram participar pois não faziam nada além de trabalhar e cuidar da casa e assim elas poderiam se cuidar enquanto se divertiam, como destaca a Participante 4 (2018): “O Esporte nos dá saúde, amizades e companheirismos. A gente tem saúde se divertindo”. Outras participantes também citaram representar bem-estar.

Sabemos que a prática de atividade física é capaz de melhorar a qualidade de vida e da saúde dos praticantes. Há melhora no sono, no humor, na diminuição da ansiedade e depressão, na diminuição do estresse (SILVA, A. F.; OLIVEIRA, A. L., 2019). Isso é potencializado quando falamos de esportes coletivos, em que há a interação e inclusão social, cooperação entre pessoas diferentes para um mesmo objetivo, comunicação entre os participantes, além de lidar com situações adversas e imprevistas (KIST, 2011). Esse conjunto de coisas permitiu que o Projeto MUDE fosse um sucesso e um lugar prazeroso para essas mulheres.

## Conclusão

O Projeto MUDE, que trabalhava com mulheres adultas a modalidade handebol juntamente com o treinamento funcional duas vezes na semana foi central neste trabalho, que objetivou analisar a participação e as experiências dessas mulheres no esporte no Centro Esportivo do Distrito de Floriano/Maringá-PR. Percebemos através deste estudo que em pleno século XXI, com a maior participação feminina da história do esporte, ainda existem muitas barreiras a serem enfrentadas, principalmente quando nos remetemos ao preconceito e incentivo por parte da sociedade.

Mesmo diante das dificuldades enfrentadas pelas participantes, o esporte as proporcionou um novo estilo de vida, novas amizades e coragem para desafiar situações cotidianas, melhorando sua autoestima, a forma de ver o mundo e a convivência com outras mulheres. No entanto, o mais importante de tudo, é que mostrou a essas mulheres que elas podem fazer e buscar algo a mais, por meio de novas atividades inclusive mostrar à sociedade que são capazes e devem participar do que tiverem vontade. Elas perceberam que não precisam se limitar em viver uma vida na qual elas apenas trabalham, voltam para suas casas e lá ainda continuam trabalhando e acabam deixando de lado outros aspectos das suas próprias vidas.

A proposta do projeto era justamente essa: proporcionar para essas mulheres, donas de casa, do distrito de Floriano o esporte e mostrar que o esporte não é um espaço de reserva masculina e que independentemente da idade, cor ou classe social todas podem participar. Esperamos, a partir das reflexões sobre o Projeto, ter contribuído com os estudos de gênero no campo esportivo.

Percebemos ainda uma carência de estudos e projetos esportivos que tenham como foco mulheres adultas, assim como de estudos voltados ao handebol de mulheres. Com isso, sugerimos que mais estudos sejam feitos e projetos sejam criados buscando a participação dessas mulheres.

## Referências

ALTMANN, Helena. Gênero e esporte na escola: reflexões a partir da Declaração de Brighton sobre mulheres e esporte. In: Brasil. Secretaria de Políticas para as mulheres. **Revista do Observatório Brasil da Igualdade de Gênero: mulheres no esporte**. v. 4, n. 6, 53-58, 2014.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BIROLI, Flávia. MIGUEL, Luis Felipe. Introdução. IN: MIGUEL, Luis Felipe; BIROLI, Flávia. **Feminismo e Política: uma introdução**. São Paulo, Boitempo, 2014, p.7-16.

BOURDIEU, Pierre. *Coisas ditas*. São Paulo: Brasiliense, 1990.

BOURDIEU, Pierre. **A Dominação Masculina**. 2ª ed, Rio de Janeiro: Beltrand Brasil, 2002.



BRASIL. Lei nº 9.615, de 24 de Março de 1998. Disponível em:  
[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/LEIS/L9615consol.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L9615consol.htm). Acesso em 18 de Fevereiro de 2019.

BRASIL. Ministério do Esporte. **Diagnóstico Nacional do Esporte**. Caderno I, Brasília: 2015.  
Disponível em: [http://www.esporte.gov.br/diesporte/diesporte\\_grafica.pdf](http://www.esporte.gov.br/diesporte/diesporte_grafica.pdf). Acesso em: 16 de Maio de 2021.

BURIGO, Joanna. **Rio 2016: a Olimpíada das Mulheres**. Carta Capital, Rio de Janeiro, 18 de agosto de 2016. Disponível em <<https://www.cartacapital.com.br/sociedade/rio-2016-a-olimpiada-das-mulheres>>. Acesso em: 04 de setembro 2018.

CARVALHO, Maria Eulina Pessoa de; RABAY, Glória. Usos e incompreensões do conceito de gênero no discurso educacional no Brasil. **Revista Estudos Feministas**, v. 23, n. 1, 2015, p. 119-136.

CHU, Michael; LEBERMAN, Sarah; HOWE, Bruce.; BACHOR, Dan. The Black Ferns: the Experiences of New Zealand's Elites Women Rugby Players. **Journal of Sport Behavior**, v. 26, n. 2, 2003.

CORREIA, Tatiane Aparecida Sá.; NETTO, José Evaristo Silvério. Motivos Para A Prática Esportiva E Fatores Associados De Jogadoras De Futsal. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 11, n. 2, 2012, p. 82- 95.

CROCHIK, José Leon. **Preconceito: indivíduo e cultura**. 2ª ed. São Paulo: Robe, 1997.

DEVIDE, Fabiano Pries. **Gênero e Mulheres no Esporte: História das Mulheres nos Jogos Olímpicos Modernos**. Ijuí: Editora Ijuí, 2005.

DEVIDE, Fabiano Pries; OSBORNE, Renata; SILVA, Elza Rosa; FERREIRA, Renato Callado; CLAIR, Emerson Saint.; NERY, Luiz Carlos Pessoa. Estudos de gênero na educação física brasileira. **Motriz**, Rio Claro, v. 17, n. 1, p. 93-103, 2011.

FERREIRA, Renato Melo.; MORAES, Luiz Carlos de. Influência da família na primeira fase de desenvolvimento da carreira de nadadores medalhistas olímpicos brasileiros. **Motricidade**, v. 8, n. 2, p. 42-51, 2012.

GARCIA, Agnaldo; PEREIRA, Paula Coimbra da Costa Pereira. Amizade na infância: um estudo empírico. **Psic: Revista da Vetor Editora**, v. 9, n. 1, p. 25-34, 2008.

GIL, Antônio Carlos **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 4ª ed., 2002.

GOELLNER, Silvana Vilodre. Locais da memória: histórias do esporte moderno. **Arquivos em movimento**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 79-86, 2005.

GOELLNER, Silvana Vilodre. Mulher e esporte no Brasil: entre incentivos e interdições elas fazem história. **Pensar a prática**. Goiânia. Vol. 8, n. 1 (jan./jun. 2006), p. 85-100, 2006.

GOELLNER, Silvana Vilodre. Mulheres e esporte: sobre conquistas e desafios. BRASIL. Presidência da República. Secretaria de Políticas para as Mulheres. **Edição Especial da Revista do Observatório Brasil da Igualdade de Gênero**. Brasília: Secretaria de Políticas para as Mulheres, 2012.

JONCHERAY, Helene; TLILLI, Haifa. **Are there still social barriers to women's rugby?**, Sport in Society, v. 16, n. 6, p. 772-788, 2013.

KIST, Cleiton. **Os Esportes Coletivos como forma de inclusão social**. 2011. Disponível em: [https://static.fecam.net.br/uploads/452/arquivos/870776\\_Cleiton\\_Kist.pdf](https://static.fecam.net.br/uploads/452/arquivos/870776_Cleiton_Kist.pdf). Acesso em 17 de Junho de 2021.

KNIJNIK, Jorge Dorfman.; VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. Sem impedimento: o coração aberto das mulheres que calçam chuteiras no Brasil. In: COZAC, João Ricardo (Ed.). **Com a cabeça na ponta da chuteira: ensaios sobre a psicologia do esporte**. São Paulo: Annablume/Ceppe, 2003.

LUCENA, Ricardo de Figueiredo. **O esporte na cidade: aspectos do esforço civilizador brasileiro**. Autores Associados, 2001.

MATHIAS, Milena Bushatsky; RUBIO, Katia. As práticas corporais femininas em clubes paulistas do início do século XX. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 2, p. 275-284, 2010.

MONTEIRO, Igor Chagas. **Mulheres de preto: trajetória na arbitragem do futebol profissional**. Dissertação (Mestrado em Educação Física, Movimento Humano e Diversidade) – Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Viçosa e Faculdade de Educação Física e Desporto da Universidade Federal de Juiz de Fora, 2016.

MOURA, Diego Luz.; BENTO, Gilmara dos Santos; SANTOS, Felix Oliveira dos; LOVISOLO, Hugo. Esporte, Mulheres e Masculinidades. **Esporte e Sociedade**, n. 13, 2010.

MOURA, Giovanna Xavier de. De in-goal a in-goal: a trajetória de mulheres no Rugby no Brasil. 2018. 183 f. **Dissertação** (Mestrado em Educação Física) – Centro de Ciências da Saúde. Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2018.

MOURA, Giovanna Xavier de. **Por que não se importam com elas? O Esporte de mulheres na agenda governamental do Brasil**. 2022. 206f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Centro de Ciências da Saúde. Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2022.

MOURÃO, Ludmila. Representação social da mulher brasileira nas atividades físico-desportivas: da segregação à democratização. **Movimento**, v. 7, n. 13, 2000.

MOURÃO, Ludmila. Exclusão e Inserção da Mulher Brasileira em Atividades Físicas e Esportivas. In: SIMÕES, Antônio Carlos. (Org.). **Mulher e Esporte: Mitos e Verdades**. São Paulo: Manole, 2003, p. 123-154.

NEVES, José Luis. Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades. **Caderno de Pesquisas em Administração**, São Paulo, v. 1, n. 3, 1996.

OLIVEIRA, Gilberto; CHEREM, Eduardo; TUBINO, Manoel. A inserção histórica da mulher no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 16, n. 2, p. 125-133, 2008.

PAIM, Maria Cristina Chimelo. Motivos que levam adolescentes a praticar o futebol. **Revista Digital EFDesportes**, ano 7, n. 43, 2001.

PIMENTA, Wesley Ribeiro de Carvalho; LOPES, André Candido. Dupla Jornada de Trabalho: uma análise da condição feminina no trabalho doméstico. **VIII Jornada de Sociologia de la UNPL**, 2014. Disponível em: <http://www.aacademica.org/000-099/404.pdf>. Acesso em 17 de Junho de 2020.

SAFFIOTI, Heleieth. **O Poder do Macho**. São Paulo: Moderna, 1987.

SALVINI, Leila. Mulher brasileira e futebol: um choque de signos. In: **V Congresso sulbrasileiro de Ciências do Esporte**. 2010.

SALVINI, Leila; DE SOUZA, Juliano; MARCHI JUNIOR, Wanderley. A violência simbólica e a dominação masculina no campo esportivo: algumas notas e digressões teóricas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n. 3, p. 401-410, 2012.

SCHWARTZ, Gisele Maria; PEREIRA, Leonardo Madeira; FIGUEIREDO, Juliana de Paula.; CHRISTOFOLETTI, Danielle Ferreira Auriemo.; DIAS, Viviane Kawano. Estratégias de participação da mulher nos esportes de aventura. **Rev. Brasileira de Ciência do Esporte**, v. 38, n. 2, p. 156-162.

SCOTT, Joan. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. **Educação & Realidade**. Porto Alegre, v. 20, n. 2, 1995, p. 71-99.

SILVA, Paulo Vinícius Carvalho.; FLEITH, Denise de Souza. Fatores familiares associados ao desenvolvimento do talento no esporte. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 3, n. 1, 2018.

SILVA, Alan Fialho da.; OLIVEIRA, Adriana Leonidas de. Os Benefícios da Prática Esportiva e do Exercício para a Saúde e Qualidade de Vida do Indivíduo. **XVI INIC, XII EPG, VI INICjr**, 2019. Disponível em: [http://www.inicepg.univap.br/cd/INIC\\_2012/anais/arquivos/0621\\_0243\\_01](http://www.inicepg.univap.br/cd/INIC_2012/anais/arquivos/0621_0243_01). Acesso em 17 de Junho de 2021.

SIMÕES, Antônio Carlos; CORTEZ; José Alberto Aguilar; CONCEIÇÃO, Paulo Felix Marcelino. Mulher e esporte de competição e de rendimento: as várias fases do social, do biológico e do psicológico. IN: SIMÕES, Antônio Carlos; KNIJNIK, Jorge Dorfman. **O Mundo Psicossocial da Mulher no Esporte: comportamento, Gênero, Desempenho**. São Paulo: Aleph, 2004, p. 131-152.

SOUSA, Eustáquia Salvadora de.; ALTMANN, Helena. Meninos e meninas: expectativas corporais e implicações na educação física escolar. **Caderno Cedes**, n. 48, 1999.

SOUZA, Juliana Sturmer Soares.; KNIJNIK, Jorge Dorfman. (2007). A mulher invisível: gênero e esporte em um dos maiores jornais diários do Brasil. **Revista Brasileira De Educação Física E Esporte**, 21(1), 35-48.

STIGGER, Marco Paulo. Políticas sociais em Lazer, Esportes e participação: uma questão de acesso e de poder; ou subsídios para tomar uma posição frente à pergunta. **Motrivivência**, n. 11, p. 83-98, 1998.

TUBINO, Manuel. **O que é esporte**. Brasiliense, 2017.