**A influência da ansiedade pré-competitiva entre praticantes de dança**

Natália Aparecida da Silva1, Maria Eduarda Teixeira Cunha2, Roberto Gonçalves3, Ana Flavia Andalécio Couto da Silva4

E-mail: nataliaapsilva001@gmail.com

1,2Graduanda do curso de Educação Física, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Departamento de Educação Física, Patrocínio, Brasil; 3Especialista, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Departamento de Educação Física, Patrocínio, Brasil; 4Mestre, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Departamento de Educação Física, Patrocínio, Brasil;

**Introdução:** A ansiedade faz parte de um contexto relevante no cenário competitivo da dança, podendo auxiliar no resultado, prejudicar o desempenho e desencadear emoções. **Objetivo:** Compreender a influência da ansiedade pré-competitiva entre praticantes de dança. **Metodologia:** Estudo teórico de revisão de literatura. Utilizou-se as bases de dados Pubmed, Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde e WorldWideScience, e os descritores: “ansiedade na dança”, “ansiedade pré-competição”, “dança e saúde mental” e “ansiedade competitiva”. **Resultados:** Foram identificados nos artigos a importância de estudar o fenômeno da ansiedade para tentar minimizar o impacto negativo no seu desempenho. Na pré-competição os dançarinos entram em um estado de ansiedade devido ao alto nível de concentração que pode interferir negativamente em suas apresentações e competições. Sendo que a ansiedade é diretamente relacionada ao gênero, idade, índice de massa corporal, tempo de experiência, distúrbios alimentares (anorexia e bulimia), busca de um corpo “perfeito” e a alta exigência competitiva. **Conclusão:** Os momentos pré-competitivos para praticantes de dança são momentos desencadeadores de ansiedade que pode interferir em seu desempenho. O nível de ansiedade apresentado é determinado por diversas variáveis, incluindo o tempo de experiência e a alta exigência relacionada a competição.

**Palavras-chave:** Fenômenos Psicológicos. Aspectos Emocionais. Treinamento Esportivo. Bailarinos. Dançarinos.

**Financiamento:** Este projeto faz parte do Programa de Iniciação Científica do UNICERP (PROIC) 2020, financiado pela Fundação Comunitária, Educacional e Comunitária de Patrocínio – FUNCECP