



**Universidade
Potiguar**



**UNIVERSIDADE POTIGUAR - UNP
ESCOLA DE SAÚDE E BEM ESTAR
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO**

**AMANDA VALERIA DA SILVA SOUZA
CLÉIA AMANDA TARGINO DE LIMA
JOSÉ ANTÃO MEIRELES NETO
MARIA IZABEL DA SILVA CÂNDIDO**

**INFLUÊNCIA DOS ASPECTOS PSICOLÓGICOS NOS ATLETAS DE ALTO
RENDIMENTO E O PAPEL DA PSICOLOGIA DO ESPORTE**

**NATAL - RN
2023**



Universidade
Potiguar



AMANDA VALERIA DA SILVA SOUZA
CLÉIA AMANDA TARGINO DE LIMA
JOSÉ ANTÃO MEIRELES NETO
MARIA IZABEL DA SILVA CÂNDIDO

INFLUÊNCIA DOS ASPECTOS PSICOLÓGICOS NOS ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO E O PAPEL DA PSICOLOGIA DO ESPORTE

Projeto do Trabalho de Conclusão de Curso de Educação Física da Universidade Potiguar – UNP, com objetivo de obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientadora: Profa. Iris Callado Sanches

NATAL - RN

2023



Universidade
Potiguar



AGRADECIMENTOS

Queremos agradecer primeiramente a Deus, por todo amor, coragem e força que nos concedeu para poder realizar este trabalho, aos nossos pais que estiverem sempre apoiando os nossos sonhos e ao grupo entre si, por todo companheirismo e apoio durante esta jornada.



SUMÁRIO

1 – INTRODUÇÃO.....	06
2 – METODOLOGIA.....	08
3 – DISCUSSÃO E RESULTADOS.....	09
4 – DISCUSSÃO.....	27
4.1 – Relação entre aspectos psicológicos e o rendimento esportivo em atletas de natação do Brasil.....	27
4.2 – Saúde mental e fatores associados em atletas durante os jogos abertos de Santa Catarina.....	28
4.3 – Resiliência e saúde mental em atletas de diferentes níveis.....	29
4.4 – Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta.....	30
4.5 – Perfil dos estados de humor em atletas de alto rendimento: revisão dos estudos publicados no Brasil.....	31
4.6 – Estado de humor de atletas da base de uma equipe de basquetebol.....	31
4.7 – Adoecimento psíquico em atletas de alto rendimento: a importância da psicologia do esporte.....	32
4.8 – Síndrome de Burnout e sofrimento em atletas de alto rendimento no esporte brasileiro..	36
4.9 – O impacto dos fatores psicossomáticos no desempenho dos atletas.....	37
5.0 – Saúde e transtorno mental no atleta de alto rendimento: mapeamento dos artigos científicos internacionais.....	38
5.1 – As repercussões psicológicas das lesões osteomusculares nos atletas de alto rendimento.....	39
5.2 – A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano.....	39
5.3 - Trajetória esportiva e habilidades psicológicas de jogadores de futebol da seleção Brasileira.....	40
5.4 – Influência da ansiedade, motivação e concentração na performance de atletas de futebol.....	41
5.5 – Discussões acerca da saúde emocional de atletas de futebol de alto rendimento.....	45
6 – CONCLUSÃO.....	47
7 – REFERÊNCIAS.....	48



**INFLUÊNCIA DOS ASPECTOS PSICOLÓGICOS NOS ATLETAS DE ALTO
RENDIMENTO E O PAPEL DA PSICOLOGIA DO ESPORTE
INFLUENCE OF PSYCHOLOGICAL ASPECTS ON HIGH-PERFORMANCE
ATHLETES AND THE ROLE OF SPORT PSYCHOLOGY**

AMANDA VALERIA DA SILVA SOUZA¹

CLÉIA AMANDA TARGINO DE LIMA²

JOSÉ ANTÃO MEIRELES NETO³

MARIA IZABEL DA SILVA CÂNDIDO⁴

RESUMO: O objetivo deste estudo é buscar por meio de uma revisão bibliográfica às concepções da relação entre a influência dos aspectos psicológicos nos atletas de alto rendimento e o papel da psicologia do esporte. Critérios de Inclusão dos Estudos: artigos em português, estudos com data de publicação entre 2013 e 2023, que abordassem sobre saúde mental, atletas de alto rendimento e psicologia do esporte. Conclusão: embora este tema tenha tido um crescimento nos últimos anos, é importante dar mais visibilidade ao mesmo, compreender e analisar mais a fundo, dando espaço para discussões e possíveis soluções no que tange a saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental; Atletas de alto rendimento; Psicologia do esporte.

ABSTRACT: The objective of this study is to search, through a bibliographical review, for the concepts of the relationship between the influence of psychological aspects on high-performance athletes and the role of sport psychology. Study Inclusion Criteria: articles in Portuguese, studies with publication dates between 2013 and 2023, that addressed mental health, high-performance athletes and sports psychology. Conclusion: although this topic has seen growth in recent years, it is important to give it more visibility, understand and analyze it in more depth, giving space for discussions and possible solutions regarding mental health.



1 - INTRODUÇÃO

O Esporte de alto rendimento surgiu na Europa no início do século XIX, conectado ao contexto social, econômico e cultural daquela época. O esporte de alto rendimento refere a atletas, equipes esportivas, organizações que se concentram na elite do desempenho humano, são protagonizados em um padrão de excelência onde exige da praticante dedicação e a busca por resultados e vitórias. A saúde mental é uma peça-chave no rendimento esportivo, pois é necessário que os atletas consigam conciliar o bem-estar físico ao mental para evitar problemas como ansiedade e depressão. Para De Rose, Deschamps e Karsakas (1999), o esporte de alto rendimento é definido por uma busca de alcançar melhores níveis de desempenho, obtendo assim bons resultados coletivamente ou individualmente.

O desempenho de um atleta está atrelado a fatores externos, causadores de ansiedade, pressão psicológica e pode levar a quadros mais graves de saúde mental, pois cada esporte envolve uma situação única e com isso é necessário entender às formas de intervir nesses fatores, pois eles influenciam no desempenho físico. Portanto, a preparação de um atleta para desenvolver habilidades como o foco, motivação e concentração devem ser trabalhados durante todo processo de treinamento. Segundo Rúbio (2003), existem algumas estratégias que podem auxiliar o atleta a lidar com excesso de ansiedade e tensão. Aprender e reconhecer mudanças de pensamentos negativos sabendo utilizar informações positivas e regular a respiração são essenciais para o relaxamento psicológico durante as competições.

Os fatores que afetam a saúde mental no esporte de alto rendimento são causados por vários motivos como: a busca por resultados, a preocupação com fraturas e lesões, além da frustração de não atingir metas durante o período de treinamento ou a fim de competições, a pressão psicológica e o medo também estão associados diretamente, pois causam sentimento de negação e fracasso. Segundo

Rúbio (2004), ao longo dos anos, outros temas como motivação, personalidade, agressão, violência, liderança, dinâmica de grupo, bem-estar psicológico, pensamentos e sentimentos de atletas e vários outros aspectos da prática esportiva e da atividade física foram incorporados à lista de preocupações e necessidades de pesquisadores e profissionais da Psicologia do Esporte.

A depressão e a ansiedade são problemas cada vez mais comuns entre a população mundial, estudos têm demonstrado distúrbios no qual os atletas mais bem sucedidos apresentam fatores de desgaste da saúde mental atribuídos a tensão, depressão, raiva, fadiga e confusão em níveis maiores, levando o atleta a não atingir o melhor desempenho esportivo decorrente ao humor, com isso Morgan realizou estudos utilizando o perfil de estado de humor e saúde mental ideal, o chamado “Perfil de Iceberg”, no qual os atletas apresentam o fator vigor elevado associado aos fatores negativos.

Atividades físicas provocam a elaboração de substâncias químicas cerebrais que constroem ações e sentimentos tornando-se assim indivíduos mais felizes e relaxados, provocando a diminuição da irritação e estresse, contribuindo para a sensação de satisfação evitando assim sobrecargas de emoções negativas, ansiedade, depressão, medo e raiva. É importante destacar que o indivíduo deve buscar atividades que proporcionem prazer e contribua de forma significativa para o bem-estar, assim destacam Lima, Ribeiro e Prieto (2023). Portanto, o presente estudo tem como objetivo buscar por meio de uma revisão bibliográfica às concepções da relação entre a influência dos aspectos psicológicos nos atletas de alto rendimento e o papel da psicologia do esporte.



2 - METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de uma pesquisa bibliográfica, feita através de estudos e levantamento de dados, nas bases Scielo, Pubmed e Google Acadêmico, e buscamos artigos publicados nos últimos 10 anos, ou seja recortes entre 2013 e 2023. As pesquisas foram realizadas utilizando os descritores: alto rendimento, saúde mental de atletas, aspectos psicológicos e psicologia do esporte.

Foram pesquisados e estudados 50 artigos, dos quais, após processo de análise, constatamos que apenas 15 artigos mantinha relação com o assunto de interesse deste trabalho, os seguintes critérios foram levados em consideração para a inclusão dos estudos: artigos em português, estudos com data de publicação nos últimos 10 anos, que abordassem sobre saúde mental, atletas de alto rendimento e psicologia do esporte. A apresentação dos resultados e discussão, foi realizada de forma descritiva permitindo que o leitor tivesse uma avaliação da revisão desenvolvida.

A seguir, na figura 1 têm-se o fluxograma do processo de seleção das fontes que integram os resultados e discussão:

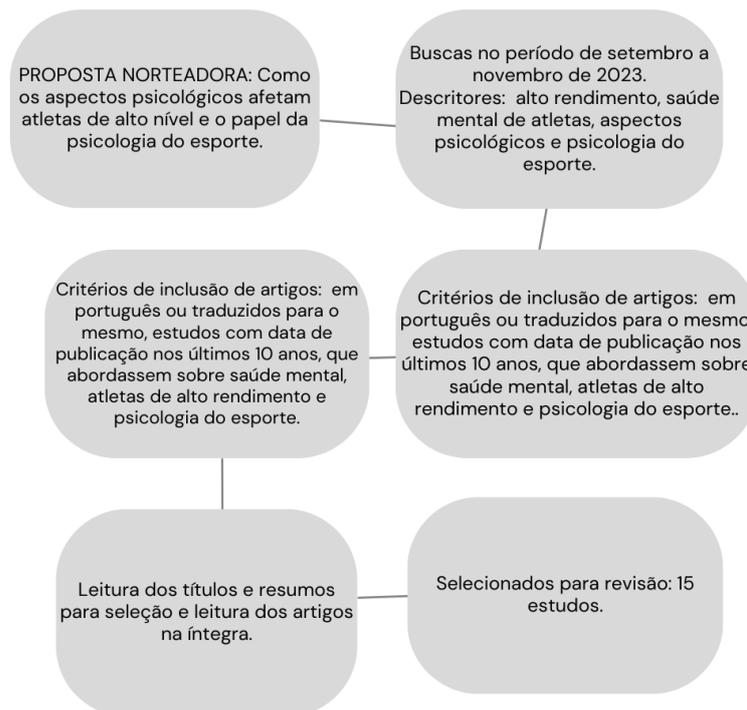


FIGURA 1: Fluxograma da seleção de estudos incluídos na revisão.

Fonte: Elaboração própria.

3 - DISCUSSÃO E RESULTADOS

O quadro 1 organiza e expõe cada um dos estudos analisados, divididos por ano, autor, título, objetivos, intervenção e resultados.

Quadro 1. Apresentação Sintética dos Artigos Analisados.

Autor/Ano	Título	Objetivo	Intervenção	Resultados
FRADES, Luane de Jesus; OLIVEIRA, Evandro Salvador Alves; VALORI, Bruno Manchini; CARNEIRO, Cíntia de Moraes Cabreira,2020..	Adoecimento psíquico em atletas de alto rendimento: a importância da psicologia do esporte.	O objetivo principal é discutir a importância da atuação do psicólogo do esporte no trabalho com atletas de alto rendimento.	Este trabalho foi construído tendo em vista os pressupostos da abordagem qualitativa, com vistas a elaboração de uma revisão bibliográfica e sistemática. Alcançamos nesse tipo de abordagem em razão de nos interessarmos	A partir da discussão e análise que aqui elaboramos, tentamos responde-lo por meio das análises que seguem. Podemos observar, por um lado, que embora a psicologia do esporte seja considerada

			<p>pela essência e aspectos que a perspectiva qualitativa permite analisar. Ou seja, as compreensões e reflexões que os estudos dos autores aqui mencionados apresentam. Tais compreensões colaboram para as análises e discussões que aqui são delineadas.</p> <p>As produções científicas selecionadas para compor a análise dos dados obedecem o recorte temporal dos últimos 20 anos, isto é, de 1999 a 2019. Referem-se a textos bibliográficos publicados nos formatos de artigo científico, livros e dissertações de mestrado.</p>	<p>uma área nova do conhecimento, tendo em vista que já vem sendo estudada há muitos anos, nos deparamos com a escassez desses profissionais nos possíveis campos de atuação. Esse ponto, de certa maneira, dificulta o avanço das discussões nesse campo e o reconhecimento dessa área enquanto profissão. Por outro lado, esse fato pode tornar, na maioria das vezes, a inserção destes profissionais um pouco mais duvidosa e com pouca credibilidade nesta área do esporte. Desse modo, entendemos que o profissional nesse âmbito esportivo ainda perpassa por grandes desafios, no sentido de se ter uma grande demanda e</p>
--	--	--	---	--

				<p>pouco espaço para explorar e colocar em prática seus conhecimentos. Tendo em vista essa nova área que envolve a psicologia do esporte, em ascensão, podemos refletir sobre possíveis aspectos que ainda estão por vir.</p>
<p>SILVA, Fabianne Mirelly Muniz; NASCIMENTO, Brunna Rayssa da Silva, 2020.</p>	<p>AS REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS DAS LESÕES OSTEOMUSCULARES NOS ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO.</p>	<p>Elaborar um plano de intervenção voltado aos atletas de alto rendimento que sofreram lesão osteomuscular e que estão em tratamento a fim de minimizar conflitos psíquicos.</p>	<p>Realizou-se uma revisão bibliográfica nas bases de dados o Google Acadêmico e o Scielo, na qual os artigos foram filtrados por tempo de relevância, sendo originais e recentes. Este trabalho não realizará pesquisa com seres humanos, visto que consiste na elaboração de um produto educacional, sendo assim, não se torna necessário submetê-lo ao comitê de ética.</p>	<p>A compreensão da lesão pelo próprio atleta é fundamental, sendo necessário discutir o papel da lesão em sua vida, sua importância e seu significado. A eficácia do acompanhamento psicológico no tratamento da lesão dependerá muito da relação que se estabelece com o atleta. Compreendendo o que para a eficácia do tratamento também requer um esforço por parte do atleta, em sua dedicação em praticar os exercícios de psicoeducação, buscar sempre a autorreflexão e buscar</p>

				ressignificar os comportamentos que têm sido prejudiciais na sua vida.
LIMA, Andréa Feitosa; SILVA, Bruno Pires; SILVA, Sherline Vieira, 2022.	O IMPACTO DOS FATORES PSICOSSOMÁTICOS NO DESEMPENHO DOS ATLETAS.	Identificar as questões psicossomáticas, que podem desencadear estresse e ansiedade nos atletas. Para tal, tem-se como objetivos específicos: Descrever as questões psicossomáticas que podem impactar o desempenho dos atletas; identificar os transtornos estressores e ansiosos, e como eles impactam no rendimento dos atletas; apresentar como o profissional de psicologia utilizando a Terapia Cognitivo-Comportamental, poderá auxiliá-los visando o não impacto do seu desempenho.	Tem-se como base metodológica o levantamento bibliográfico, onde foi possível identificar trabalhos científicos de como o psicólogo na abordagem da TCC pode auxiliar e minimizar os impactos causados pelos fatores estressores e ansiosos no âmbito esportivo.	A atuação do psicólogo do esporte dentro de uma equipe esportiva tem inúmeras demandas relevantes, sendo elas: informar, auxiliar e ser agentes de transformação. Então, o psicólogo do esporte deve psicoeducar à equipe técnica, bem como todos os envolvidos, sobre os fundamentos que permeiam o comportamento humano. Este profissional tem como função mediar à comissão técnica e atletas aos princípios da psicologia para descobrir fatores que possam auxiliar a teoria somada à prática. Nesse sentido, o psicólogo atua ao desenvolver os equilíbrios emocionais,

				foco, concentração, autoconfiança, desempenho sob a pressão sofrida, disciplina, inteligência e respeito. É necessário que ele sempre esteja em alerta aos possíveis fatores que podem afetar o desempenho do atleta, como a sua vida pessoal, exigindo a flexibilidade para conseguir identificar e trabalhar tais demandas.
DIAS, Hugo Morais; MARTINS, Leonardo Tavares; OLIVEIRA, Vivian; MACHADO, Afonso Antonio; TERTULIANO, Ivan Wallan, 2019.	Perfil dos estados de humor em atletas de alto rendimento: revisão dos estudos publicados no Brasil.	O objetivo do presente estudo foi revisar os estudos publicados em língua portuguesa que utilizaram a Escala de Humor de Brunel (BRUMS) para investigar a influência dos estados de humor no desempenho de atletas de alto rendimento.	Para isso realizou-se a busca dos descritores: estados de humor, atletas, humor, esportes, em todas as combinações possíveis, nas principais bases eletrônicas de dados: Scielo, Pubmed, Google Acadêmico, Periódicos Capes e Biblioteca Digital Usp, incluindo artigos originais com atletas e publicados entre 2010 e 2017.	Os achados demonstraram que os atletas de maneira geral apresentam um perfil de “iceberg”, com níveis de vigor mais alto que as variáveis negativas que compõem o humor, além de mostrarem relação com a qualidade do sono e o tipo de exercício físico. Porém a alteração nos estados de humor não se relacionou com os transtornos alimentares, nem com o uso de recursos ergogênicos.

<p>TREVELIN, Fernanda; ALVES, Cássia Ferrazza, 2018.</p>	<p>Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta.</p>	<p>O objetivo deste estudo foi, através de uma revisão de literatura, investigar a influência das emoções no desempenho do atleta de alto rendimento. A busca foi realizada nas bases de dados Scielo, Lilacs e Science Direct, sendo encontrados 56 artigos.</p>	<p>Este estudo compreende uma revisão de literatura realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (Scielo), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Science Direct.</p>	<p>Dos sete artigos analisados, dois são estudos brasileiros realizados com atletas do voleibol e canoagem slalom. Os demais estudos são internacionais e avaliaram atletas das seguintes modalidades esportivas: rugby, tênis, karate, tênis de mesa, e um deles foi realizado com atletas de vários esportes. No Brasil, segundo a pesquisa realizada pelo Deloitte Touche Tohmatsu em 2011, o esporte mais popular é o futebol, que também é um dos esportes mais praticados, televisionados e de grande destaque na mídia. Nesta pesquisa, o segundo esporte mais popular foi o voleibol. Na amostra selecionada neste estudo não foram</p>
--	---	---	---	---

				encontrados estudos ligados ao futebol, e apenas um ligado ao voleibol. Analisando do ponto de vista desta mesma pesquisa, os esportes rugby, tênis, karate e tênis de mesa, encontrados nos estudos internacionais, não estão entre os esportes mais populares no Brasil.
DIAS, André Leal; RODRIGUES, Érika do Nascimento; KIRST, Flávio Valdir, 2022.	RELAÇÃO ENTRE ASPECTOS PSICOLÓGICOS E O RENDIMENTO ESPORTIVO EM ATLETAS DE NATAÇÃO DO BRASIL.	O objetivo do treinamento psicológico é permitir ao atleta desenvolver e aprimorar características motivacionais, cognitivas, emocionais e sociais. Com esses pontos bem trabalhados, o atleta, em momentos conturbados, tanto na preparação quanto na competição, conseguirá manter a regularidade e superar as adversidades de forma natural.	No estudo presente, utilizaremos a metodologia quanti-qualitativa, cujo objetivo é fazer uma coleta de dados, e discussões sobre o assunto presente no artigo. A primeira preocupa-se em analisar e interpretar aspectos mais profundos, descrevendo a complexidade do comportamento humano. Fornece análise mais detalhada sobre investigações, hábitos, atitudes, tendências de comportamento etc.	Com a realização do questionário obtivemos um total de 27 respostas de atletas brasileiros. Destes, 26 treinam no Brasil e 1 atualmente treina nos EUA, onde faz um curso superior com bolsa de estudos oportunizada pela natação. O questionário foi realizado de forma aberta, contando com respondentes de ambos os sexos, sendo 18 respondentes do sexo masculino e 9 do sexo feminino. Dos 27 atletas, 20

				treinam na região Sudeste. Acreditamos que o elevado número de respondentes da região Sudeste se deve ao fato de que essa região concentra a maioria dos atletas da modalidade no país, assim como os principais centros de treinamento especializado.
SCARPATO, Leonar do Cavalheiro; AMARO, Alexandre Slowetzky; FERNANDES, Paula Teixeira, 2022.	Resiliência e saúde mental em atletas de diferentes níveis.	Este estudo investigou a resiliência como fator de proteção à saúde mental de atletas durante a pandemia COVID-19. Foram avaliados 129 atletas [Homem = 71(55%), Mulher = 58(45%)] de ambos os sexos (Midade = 30; DP = 12,88 anos) por meio do questionário de caracterização, escala de resiliência, inventário de ansiedade de Beck e escala de estresse de	Para coletar informações gerais dos participantes foi elaborado pelos pesquisadores deste estudo o Questionário de Caracterização da Amostra (QCA). Foram levantadas informações como sexo, idade, modalidade esportiva, perfil do atleta (profissional, universitário, paratleta e amador) e nível de desempenho (estadual, nacional e internacional).	Os resultados do presente estudo vão ao encontro da literatura corrente mostrando diferenças estatisticament e significativas entre os sexos, com as mulheres apresentando sintomas de ansiedade e estresse mais elevados que os homens (Correia & Rosado, 2019; Esteves et al., 2021). Estudo de revisão sistemática e meta análise conduzido por Rice et al.

		LIPP.	(2019) encontrou que angústia, insatisfação com a carreira esportiva e o risco de lesão são os principais fatores associados a ansiedade em atletas mulheres. O pensamento ruminativo, definido pela persistência de pensamentos, emoções, de caráter negativo, por tempo prolongado e característico da psique feminina, têm sido atribuído como responsável pelos níveis elevados de ansiedade, estresse e depressão em mulheres (Eaton et al., 2012).
--	--	-------	--

<p>COLAGRAI, Alexandre Conttato; BARREIRA, Júlia; NASCIMENTO, Fernanda Tartalha; FERNANDES, Paula Teixeira, 2022.</p>	<p>SAÚDE E TRANSTORNO MENTAL NO ATLETA DE ALTO RENDIMENTO: MAPEAMENTO DOS ARTIGOS CIENTÍFICOS INTERNACIONAIS.</p>	<p>Esta revisão sistemática tem como objetivo mapear a produção do conhecimento sobre saúde mental desses atletas, seguindo a diretriz PRISMA para revisões sistemáticas.</p>	<p>Este estudo identificou, organizou e sistematizou as pesquisas realizadas sobre o tema saúde mental no esporte em atletas de alto rendimento. Para encontrar os trabalhos, utilizamos o processo sistemático de busca, detalhado a seguir. Para a coleta de dados, nos guiamos por estudos de revisão (EGGER et al. 2003, GALVÃO; PEREIRA, 2014, PEREIRA; GALVÃO, 2014) que sugerem a definição de cinco etapas para o desenvolvimento do trabalho.</p>	<p>Os resultados de nosso estudo mostram o aumento significativo de publicações sobre o tema nos últimos cinco anos, representando 76% dos artigos científicos encontrados. Nossos achados corroboram estudos anteriores que mostraram o aumento do interesse pelo tema saúde mental em atletas de alto rendimento ao longo dos anos.</p>
---	---	---	--	---

<p>OLIVEIRA, Fernanda Santos; PEDROZA, Regina Lúcia Sucupira, 2021.</p>	<p>Síndrome de Burnout e sofrimento em atletas de alto rendimento no esporte brasileiro.</p>	<p>O objetivo da pesquisa foi analisar como a Síndrome de Burnout e o sofrimento são compreendidos no esporte de alto rendimento em artigos de origem brasileira.</p>	<p>Foi utilizado como método de pesquisa uma revisão de literatura com busca em cinco bases de dados bibliográficos: PubMed, SciELO, Web of Science, EMBASE e LILACS.</p>	<p>Por se tratar de um estudo de revisão, foi realizada uma busca eletrônica por artigos científicos nas bases de dados do portal de periódicos da CAPES. Foi explanado, neste tópico, a revisão de estudos sobre a Síndrome de Burnout em diferentes esportes por ordem cronológica de publicação – de 2012 a 2019. O estudo de Pires, Santiago, Samulski e Costa (2012) consistiu revisar as pesquisas referentes à síndrome no ambiente esportivo brasileiro. O método empregado para a seleção dos trabalhos compreendeu a busca eletrônica nas bases de dados computadorizados do portal de periódicos da CAPES e a procura por citações em artigos identificados pela busca</p>
---	--	---	---	---

				<p>eletrônica publicados até maio de 2011. Foram encontradas oito pesquisas relacionadas à Síndrome de Burnout no cenário esportivo brasileiro, as quais foram classificadas em três temas para discussão: (a) implicações do Burnout no treinamento esportivo; (b) instrumento psicométrico de mensuração; e (c) manifestação do Burnout em atletas e treinadores. Por se tratar de um estudo de revisão, foi realizada uma busca eletrônica por artigos científicos nas bases de dados do portal de periódicos da CAPES. Foi explanado, neste tópico, a revisão de estudos sobre a Síndrome de Burnout em diferentes esportes por ordem cronológica de publicação de 2012 a 2019.</p>
--	--	--	--	---

<p>FONTES, Rita de Cássia da Costa; BRANDÃO, Maria Regina Ferreira, 2013.</p>	<p>A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano.</p>	<p>O objetivo desse estudo foi investigar na perspectiva do paradigma bioecológico a resiliência no contexto do esporte de alto rendimento.</p>	<p>Este estudo caracterizou-se por uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, cujo processo investigativo segundo Miles; Huberman (1994), leva o pesquisador a compreender gradualmente o sentido de um fenômeno social, no caso desse estudo a resiliência, ao relatar, comparar, reproduzir e relacionar o objeto do estudo na análise dos dados.</p>	<p>Nos discursos das atletas encontramos características tanto positivas quanto negativas em relação às disposições pessoais. Dentre as características consideradas positivas, as que mais se destacaram foram a capacidade de superação e a determinação, tanto em relação à vontade de atingir objetivos quanto à superação de dificuldades emocionais, físicas ou de relacionamento ; e depois a curiosidade.</p>
<p>CORREIA, Sara de Jesus, 2023.</p>	<p>DISCUSSÕES ACERCA DA SAÚDE EMOCIONAL DE ATLETAS DE FUTEBOL DE ALTO RENDIMENTO.</p>	<p>Apresentar dados sobre o impacto do esporte de alto rendimento, especificament e o futebol, na saúde emocional de seus atletas e como o psicólogo do esporte pode atuar nesta área.</p>	<p>Para execução deste trabalho foi realizado uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza básica, com objetivo descritivo, de cunho bibliográfico, a fim de dissecar sobre os domínios da Psicologia do esporte e impactos emocionais do futebol de alto rendimento em atletas.</p>	<p>Conforme proposto no objetivo deste trabalho, foi realizado um levantamento de dados a fim de compreender sobre o impacto do esporte de alto rendimento, especificament e o futebol, na saúde emocional de seus atletas e como o psicólogo do esporte pode atuar nesta</p>

				<p>�rea. A partir de 8 estudos publicados entre os anos de 2018 a 2023, sendo 4 deles referente aos impactos do esporte na saúde emocional dos atletas e outros 4 referente a contribui�o do psicólogo do esporte. Dentre eles foram analisados os instrumentos, objetivos e resultados obtidos que tivessem a mesma temática em comum, atletas de alto rendimento, futebol e psicologia do esporte.</p>
--	--	--	--	--

<p>SIQUEIRA, Bruno Felipe OLiveira, 2021.</p>	<p>INFLUÊNCIA DA ANSIEDADE, MOTIVAÇÃO E CONCENTRAÇÃO NA PERFORMANCE DE ATLETAS DE FUTEBOL.</p>	<p>O estudo possui por objetivo analisar se há influências de fatores psicológicos (ansiedade, concentração e motivação) na performance de atletas de futebol e verificar, caso houver, se essas influências são positivas ou negativas no desempenho esportivo.</p>	<p>Afim de atingir o objetivo do estudo e trazer fidedignidade ao que foi pesquisado, optou-se pela utilização de pesquisa por meio do método bibliográfico e documental, visando um embasamento científico profundo em fontes confiáveis (artigos científicos, livros, teses, dissertações e outros) com o intuito de enriquecer e dar confiabilidade as discussões a respeito do tema.</p>	<p>Em suma, por meio dos fatos apresentados, é possível corroborar com a premissa de que a motivação possui forte influência na performance de um atleta de futebol, seja esta motivação intrínseca ou extrínseca, e que a depender do estímulo motivador, essa variação na performance pode ser positiva, trazendo ao atleta diversos benefícios ou, então, pode ser negativa, visto que um atleta nada ou pouco motivado terá por consequência uma performance ruim em comparação com seus parâmetros considerados normais. Evidentemente, que um atleta motivado em excesso também pode acabar por ter seu desempenho prejudicado, tendo em vista as consequências</p>
---	--	--	--	---

				<p>fisiológicas que o descontrole de fatores psicológicos pode vir a gerar em seu corpo, como por exemplo, a ativação demasiada, gerando fatores que prejudiquem a frequência respiratória, acelerem o processo de fadiga, prejudiquem a acuidade visual e outros fatores citados por Weinberg e Gould (2017).</p>
<p>BRANDT, Ricardo; LIZ, Carla Maria; CROCETTA, Tânia Brusque; ARAB, Cláudia; BELIVACQUA, Guilherme; DOMINSKI, Fábio Heck; VILARINO, Guilherme Torres; ANDRADE, Alexandre, 2014.</p>	<p>SAÚDE MENTAL E FATORES ASSOCIADOS EM ATLETAS DURANTE OS JOGOS ABERTOS DE SANTA CATARINA.</p>	<p>Investigar a saúde mental e fatores associados em atletas que participaram dos Jogos Abertos de Santa Catarina 2011, Brasil.</p>	<p>A presente pesquisa, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade do Estado de Santa Catarina, Brasil (processo n. 44/2011) e realizada as recomendações do Sistema Nacional de Ética em Pesquisa, teve como população mais de cinco mil atletas participantes dos Jogos Abertos de Santa Catarina 2011 e a amostra foi composta de</p>	<p>Os atletas competiram em 10 diferentes modalidades, coletivas e individuais. A maioria dos atletas cursa ou cursou o ensino médio ou superior, com mais de sete anos de tempo de prática e participação em competições nacionais e estaduais. Grande parte dos atletas teve percepção de qualidade de descanso e sono entre boa e regular durante a competição.</p>

			445 atletas.	De maneira geral, os atletas apresentaram boa saúde mental, com perfil semelhante ao de iceberg (elevado vigor, níveis moderados de tensão e baixa fadiga, depressão, raiva e confusão mental). Os atletas com melhor percepção de sono e saúde que não fazem uso de medicamentos reguladores de humor apresentam melhor saúde mental.
--	--	--	--------------	--

<p>OLIVEIRA, Fernanda Arantes; DORNELES, Sthefannie Postal ; PRADO, Vivian Loietes de Oliveira; GARCIA, Rosana Lopes da Silva; MACHADO, Afonso Antonio; TERTULIANO, Ivan Wallan, 2020.</p>	<p>Estado de humor de atletas da base de uma equipe de basquetebol.</p>	<p>Após a devida autorização do Comitê de Ética de Pesquisa, realizou-se contato prévio com os responsáveis do clube, com o intuito de apresentar o objetivo da pesquisa, solicitando-se, assim, a permissão para a coleta. Com a devida permissão dos técnicos, realizou-se o contato com os atletas e seus responsáveis para informar os propósitos da pesquisa, informando-os sobre os objetivos do estudo.</p>	<p>A amostra foi composta por 26 atletas das categorias de base de um clube da cidade de São Paulo. Todos os atletas eram do sexo masculino, federados, com idades entre 13 e 15 anos (M=14,19, DP=0,63), atletas de Basquetebol e participaram voluntariamente da pesquisa. Todos os atletas foram comandados, na temporada avaliada, pela mesma equipetécnica, e pertenciam a duas categorias do Basquetebol: sub-13 (12 participantes); sub-15 (14 participantes).</p>	<p>Em relação a confiabilidade das subescalas, o alpha de Cronbach revelou bons índices de confiabilidade no início ($\alpha > 0,496$) e no final da temporada ($\alpha > 0,525$), ou seja, o índice de consistência interna geral do instrumento foi satisfatório nos dois momentos de coleta. Porém, como o instrumento é multidimensional, houve a necessidade de calcular a confiabilidade de cada fator isoladamente, o que foi realizado para cada momento de coleta.</p>
--	---	--	---	---

<p>FECHIO, Juliane Jellmayer ; PECCIN, Maria Stella; PADOVANI, Ricardo da Costa, 2021.</p>	<p>TRAJETÓRIA ESPORTIVA E HABILIDADES PSICOLÓGICAS DE JOGADORES DE FUTEBOL DA SELEÇÃO BRASILEIRA.</p>	<p>O objetivo deste estudo foi compreender a construção da trajetória de jogadores de futebol profissional da seleção brasileira.</p>	<p>Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, de amostragem intencional. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 20795313.4.000 0.5505). O período e o ano da coleta de dados foram omitidos para preservar o anonimato dos participantes.</p>	<p>A partir da análise das entrevistas, constatou-se que o futebol se apresenta como tema central em suas vidas e que a família tem um papel importante no contexto do esporte. A importância das habilidades psicológicas é confirmada para aqueles que atingiram a elite do futebol profissional e a seleção brasileira. A compreensão da trajetória esportiva de atletas da elite constitui um tema de grande relevância para o avanço da ciência do esporte.</p>
--	---	---	--	--



4 - DISCUSSÃO

Conforme proposto no objetivo deste trabalho, foi realizado um levantamento de dados afim de compreender sobre influência dos aspectos psicológicos nos atletas de alto rendimento e o papel da psicologia do esportenesta temática. A partir de 15 estudos publicados entre os anos de 2013 a 2023, dentre eles foram analisados os instrumentos, objetivos e resultadosobtidos que tivessem a mesma temática em comum, atletas de alto rendimento, fatores psicológicos e psicologia do esporte.

O próximo item mostra as análises descritivas dos estudos analisados:

1 - RELAÇÃO ENTRE ASPECTOS PSICOLÓGICOS E O RENDIMENTO ESPORTIVO EM ATLETAS DE NATAÇÃO DO BRASIL

O estudo de Dias, Kirst e Rodrigues(2022), investiga a influência dos aspectos psicológicos na performance de nadadores, com ênfase nos impactos de nervosismo e ansiedade durante as competições. Os atletas também afirmaram que quanto maior o nível da competição, maior é o nervosismo e cobrança para um bom resultado, a maioria dos resultados negativos nas competições tem relação com a falta de controle emocional dos atletas (Abrantes, 2007).

Destaca-se a importância crucial do acompanhamento psicológico, notadamente através do Treinamento de Habilidades Psicológicas (THP), Weinberg e Gould (2017), afirmam que o THP tem como objetivo melhorar o desempenho, aumentar o prazer ou alcançar a maior satisfação na prática da atividade física ou esportiva. A pesquisa aborda a carência de serviços psicológicos nos clubes e explora a correlação entre acompanhamento psicológico e gênero, revelando uma adesão mais expressiva entre atletas femininas.

Os resultados indicam que os nadadores percebem a psicologia esportiva como fundamental para o sucesso competitivo. O estudo também levanta questionamentos sobre as barreiras que impedem a disponibilização desses serviços nos clubes, sugerindo a necessidade de investigações mais aprofundadas.



2 - SAÚDE MENTAL E FATORES ASSOCIADOS EM ATLETAS DURANTE OS JOGOS ABERTOS DE SANTA CATARINA

A pesquisa de Brandt e et al (2014), se propõe a analisar a condição de 445 atletas envolvidos em 10 diferentes modalidades esportivas, tanto individuais (como natação, judô, ginástica artística, taekwondo e duathlon) quanto coletivas (voleibol, basquetebol, handebol, futsal e vôlei de dupla), durante os Jogos Abertos de Santa Catarina. Os atletas foram avaliados em relação a diversos aspectos, incluindo nível de escolaridade, prática de outras profissões além do esporte, patrocínio, uso de medicamentos reguladores de humor, tempo de prática na modalidade e nível das competições. Os resultados foram apresentados em tabelas, destacando a qualidade do descanso, sono e saúde dos participantes.

De forma geral, os atletas demonstraram elevado vigor associado a níveis moderados de tensão, baixa depressão, raiva, fadiga e confusão mental, caracterizando um perfil conhecido como "Iceberg"(Morgan, 1974). Nota-se que os homens se diferenciam das mulheres principalmente nos níveis menores de tensão e maiores de vigor. A análise revela que atletas que fazem uso de medicamentos reguladores de humor apresentam aumento na depressão e confusão mental em comparação aos que não utilizam tais medicamentos.

Destaca-se a influência significativa da qualidade do sono na saúde mental dos atletas, evidenciada pela relação entre aqueles que se percebem com uma melhor qualidade de sono e menores níveis de depressão, raiva, fadiga e confusão, associados a um maior vigor. Similarmente, atletas que se avaliam com uma melhor saúde mostram níveis menores de depressão, fadiga e confusão, além de maior vigor.

O estudo aponta que a maioria dos atletas possui formação no ensino médio ou superior, com mais de sete anos de prática na modalidade e participação em competições estaduais e nacionais. A falta de patrocínio, especialmente com remuneração financeira, contribui para quase metade dos atletas exercerem outra profissão. A pesquisa destaca que, apesar das condições adversas durante a competição, os atletas em geral apresentam boa saúde mental, refletindo o perfil de humor "Iceberg".

A diferenciação de fatores de humor entre homens e mulheres atletas, similar a estudos anteriores, é mencionada. Além disso, são discutidos temas relacionados ao uso de medicamentos por atletas de elite, com a necessidade de mais pesquisas sobre o impacto desses tratamentos no desempenho esportivo.

A relação entre qualidade do sono e desempenho esportivo é explorada, destacando a importância da neurobiologia do sono para a função cerebral saudável. No entanto, as limitações metodológicas e as variáveis que afetam o sono de atletas são reconhecidas como desafios para pesquisas nesse campo. O estudo conclui ressaltando a importância de compreender as condições específicas dos atletas, como alojamentos improvisados durante competições, para interpretar adequadamente os resultados e aborda a necessidade de atenção futura ao impacto de medicamentos reguladores de humor nos atletas.

3 - RESILIÊNCIA E SAÚDE MENTAL EM ATLETAS DE DIFERENTES NÍVEIS

O estudo de Scarpato, Amaro e Fernandes(2022), realiza uma pesquisa descritiva e transversal com métodos quantitativos, utilizando inventários online adaptados para o Google Forms. A coleta de dados, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unicamp, emprega o método bola de neve. Os resultados analisam a relação entre resiliência, ansiedade e estresse em atletas de diferentes níveis, utilizando testes estatísticos e correlações. Destacam-se diferenças significativas entre grupos, como atletas profissionais mostrando maior resiliência.

A pesquisa explora a influência da pandemia COVID-19 nos níveis de ansiedade e estresse, surpreendentemente encontrando menores índices em atletas profissionais e de nível internacional. A resiliência é discutida como fator relevante na saúde mental dos atletas, apesar de algumas limitações metodológicas. O estudo destaca a importância da atenção especializada para atletas em diferentes contextos e níveis de desempenho, ressaltando a necessidade de abordagem multidisciplinar, especialmente do psicólogo do esporte.

4 - PSICOLOGIA DO ESPORTE: REVISÃO DE LITERATURA SOBRE AS RELAÇÕES ENTRE EMOÇÕES E O DESEMPENHO DO ATLETA

A análise dos artigos do estudo de Trevelin e Alves (2018), destaca a prevalência de emoções como ansiedade, raiva, felicidade e outras, influenciando diretamente o desempenho atlético. A relação bidirecional entre desempenho e emoções é destacada, evidenciando como o sucesso ou fracasso durante uma competição pode impactar significativamente o estado emocional do atleta.

A TCC emerge como uma abordagem promissora para compreender e intervir nas respostas emocionais dos atletas. A aplicação do modelo cognitivo permite a análise de pensamentos disfuncionais, possibilitando a reestruturação cognitiva do atleta. Habilidades sociais, prevenção da ansiedade e o desenvolvimento de estratégias adaptativas são apontados como aspectos passíveis de intervenção pelo psicólogo.

Além disso, o artigo destaca a importância da regulação emocional no contexto esportivo, abordando estratégias de curto e longo prazo para lidar com as emoções. A autoconfiança e a autoeficácia são identificadas como fatores que influenciam o controle emocional e, por conseguinte, o desempenho esportivo.

A interpretação individual dos eventos durante a competição é enfatizada, ressaltando a diversidade de percepções entre atletas e observadores. A complexidade psicológica envolvida no desempenho esportivo destaca a necessidade de intervenções personalizadas, considerando as crenças individuais formadas ao longo do desenvolvimento.

O papel do psicólogo no esporte é delineado como amplo e exigente, englobando não apenas conhecimentos psicológicos, mas também compreensão da modalidade esportiva e do ambiente do atleta. O profissional pode atuar tanto em intervenções individuais como em contextos coletivos, desempenhando um papel intermediário entre a equipe/atleta e o técnico.

Em síntese, o artigo destaca a importância da Psicologia do Esporte, evidenciando a necessidade de mais pesquisas, especialmente no contexto brasileiro,

e ressalta a TCC como uma abordagem promissora para melhorar o desempenho e a regulação emocional dos atletas.

5 - PERFIL DOS ESTADOS DE HUMOR EM ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO: REVISÃO DOS ESTUDOS PUBLICADOS NO BRASIL

Os estados de humor em atletas foram definidos nas pesquisas de Dias e et al (2019), como sentimentos subjetivos que refletem as condições psíquicas, influenciando a percepção das experiências. A pesquisa destacou a complexidade na definição do humor, sendo este influenciado por diversos fatores. A Escala de Humor de Brunel (BRUMS) foi utilizada para avaliar o estado de humor dos atletas, considerando seis variações: tensão, depressão, raiva, vigor, fadiga e confusão mental.

Os resultados indicaram que as atletas geralmente apresentam níveis mais altos de vigor do que de variáveis negativas no humor, formando um perfil de iceberg considerado ideal para o desempenho esportivo. A qualidade do sono foi identificada como um fator importante, influenciando diretamente o estado de humor. Além disso, o tipo e a intensidade do exercício físico, a carga de treinamento e o uso de estratégias como a cafeína e a música demonstraram ter impacto nos estados de humor dos atletas.

Conclui-se que compreender as alterações no estado de humor em atletas é desafio, sendo necessário considerar diversos aspectos individuais e contextuais. O estudo ressalta a importância da avaliação intra-individual e destaca a relevância do psicólogo do esporte e do treinador na gestão do estado de humor dos atletas para melhoria do desempenho esportivo.

6 - ESTADO DE HUMOR DE ATLETAS DA BASE DE UMA EQUIPE DE BASQUETEBOL.

O estudo de Oliveira et al(2020) , analisou o estado de humor dos atletas de basquetebol nas categorias de base, comparando o início e o final da temporada, usando a Escala de Humor de Brunel (BRUMS). Os resultados indicaram boa confiabilidade do instrumento. No início e no final da temporada, a subescala Vigor

obteve as maiores pontuações, diminuindo um estado de humor positivo. Houve aumento nas pontuações das subescalas Vigor e Tensão, além de uma diminuição na subescala Fadiga do início para o final da temporada.

As análises inferenciais confirmam essas diferenças importantes. A subescala Tensão apresentou as maiores pontuações entre as subescalas negativas, possivelmente relacionadas à ansiedade pré-competitiva. Os resultados sugerem que a união de grupo e conquistas podem influenciar o humor positivo dos atletas. A liderança da comissão técnica e a intensidade do treinamento também foram consideradas possíveis influências. O estudo concluiu que os atletas mantiveram um perfil de humor positivo ao longo da temporada, favorecendo o rendimento esportivo, conforme a teoria do "perfil iceberg" de Morgan.

7- ADOECIMENTO PSÍQUICO EM ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO: A IMPORTÂNCIA DA PSICOLOGIA DO ESPORTE

Os trabalhos escolhidos por Frades et al (2020), permitiram a organização de subseções que discutem o esporte de alto rendimento, o panorama da psicologia do esporte no Brasil, o esporte como manifestações sociais, a influência da mídia na cultura esportiva brasileira, o adoecimento psíquico e, por fim, as contribuições do psicólogo no contexto esportivo. Essas subseções foram estruturadas com o objetivo de promover uma análise aprofundada e uma discussão abrangente sobre os temas mencionados.

O esporte de alto rendimento visa a preparação física e psicológica para uma modalidade específica, equipando-se a uma profissão com benefícios comparáveis, como carteira assinada, férias e 13º salário. Em contraste, atletas que praticam esporte sem considerá-lo uma profissão também são atletas, tendo escolas que os preparam para alcançar o desempenho máximo. Os termos "Alto e Baixo Rendimento" referem-se à competitividade do atleta, não a esportes específicos. O atleta de baixo rendimento busca lazer e bem-estar, enquanto o de alto rendimento, como um atleta olímpico, dedica-se a treinos diários e competições.

No contexto do Crossfit, um método de condicionamento físico e esporte competitivo, as atletas muitas vezes carecem de suporte psicológico. A negligência nos

treinos preventivos pode resultar em lesões, exacerbadas pela falta de preparo psicológico. As lesões levam a preocupações emocionais, como a ansiedade relacionada à perda de resultados e a depressão decorrente da falta de apoio profissional adequado. Essa lacuna na abordagem psicológica evidencia a importância de integrar a psicologia esportiva no treinamento de atletas de Crossfit, promovendo uma abordagem mais holística para enfrentar desafios físicos e emocionais, contribuindo para um desenvolvimento mais completo e sustentável dos praticantes desse esporte.

No contexto brasileiro, a percepção de que a psicologia do esporte é uma área recente contrasta com a realidade histórica, sendo, na verdade, a atenção que ela recebe que é recente. A escassez de acervos na literatura brasileira sobre o tema destaca a importância de reflexões e discussões mais aprofundadas (GALATTI, 2010).

Segundo Weinberg e Gould (2017) e Pesca e Cruz (2011), a psicologia do esporte é o estudo científico do comportamento humano em atividades esportivas e físicas, com aplicações práticas derivadas desses estudos. Essa perspectiva ampliada destaca não apenas o conceito como uma ciência aplicada, mas também um campo de intervenção.

Ao explorar a história da psicologia do esporte, observe que Coleman Griffith, considerado o pai da disciplina nos Estados Unidos, foi fundamental para seu início, estabelecendo o primeiro laboratório de pesquisa e influenciando escolas de técnicos. No Brasil, João Carvalhaes desempenhou um papel crucial ao trabalhar com clubes renomados e contribuiu para a estruturação da psicologia do esporte, notadamente durante a conquista da Copa do Mundo em 1958 (RUBIO, 2000).

Apesar do progresso, a psicologia do esporte no Brasil não cresceu de maneira proporcional ao desenvolvimento global da psicologia. Casal (2007) sugere que a incerteza quanto aos recursos disponíveis para o esporte, especificamente a falta de psicólogos do esporte treinado, pode ser uma razão para essa discrepância. A deficiência de estudos e prática da psicologia do esporte impactou significativamente o rendimento e o desenvolvimento dos atletas, dificultando o alcance de metas e desempenho adequados.

Embora a psicologia do esporte tenha recentemente ganhado destaque no Brasil, especialmente nos anos 1990 com o reconhecimento do esporte como características sociais, persiste a necessidade de superar desafios históricos para promover seu pleno desenvolvimento e contribuição no cenário esportivo nacional.

O texto destaca a influência da mídia na vida dos atletas, podendo impactar significativamente seu estado mental e transformá-los em referências de suas próprias imagens. A mídia, muitas vezes, retrata os atletas como figuras míticas, heróis, buscando audiências e lucros expressivos.

Rúbio (2001) argumenta que o espetáculo do esporte moderno e a superestimação dos resultados alcançados pelas competições estabelecem uma relação entre o protagonista do evento esportivo e a figura espetacular do herói, transformando o atleta em uma fonte de renda devido aos valores capitalistas associados ao esporte.

A transmissão esportiva vai além da exibição em si, sendo um aparato criado em torno do espetáculo esportivo. O futebol, em particular, é destacado como um dos maiores paixões na cultura brasileira, movimentando consideráveis investimentos na indústria esportiva.

Giglio e Rúbio (2013) ressaltam que a pressão midiática prejudica os jogadores de futebol profissionais, transformando promessas jovens em commodities cujas atitudes dentro e fora de campo são constantemente julgadas. O comportamento dos jogadores, apoiados pela mídia, é crucial para sua permanência em evidência na performance do futebol. A estrutura hierárquica do futebol brasileiro e mundial é mencionada como um fator influente, onde a mídia muitas vezes molda as informações sobre o desempenho de cada jogador. O reconhecimento rápido no futebol pode ser negativo, tornando os jovens jogadores vulneráveis às barreiras que o esporte e a vida apresentam.

O texto aponta que, embora a mídia possa contribuir para o reconhecimento e a fama dos atletas, também pode ser prejudicial à saúde psíquica, um ponto que será discutido na próxima seção do artigo. Aborda também o envelhecimento psicológico em atletas, destacando a importância da psicologia do esporte diante do avanço e espetacularização do esporte na sociedade contemporânea. A inserção tecnológica em

ambientes esportivos evidencia a relevância do esporte no sistema financeiro. A prática esportiva está intrinsecamente ligada ao aspecto financeiro, onde as lesões representam perdas econômicas.

A depressão entre atletas é resultado de diversos fatores, como personalidade, ansiedade, baixa autoestima, fracasso, lesões físicas, mudanças de comportamento, auto exigência, problemas afetivos, perda de prestígio e baixo rendimento. Contrariando a percepção de perfeição associada aos atletas de sucesso, o texto destaca casos de atletas renomados que enfrentaram a depressão.

Exemplos incluem Anthony Ervin, nadador americano que superou problemas relacionados a álcool, drogas e tentativa de suicídio; Diego Hypólito, ginasta brasileiro que sofreu dificuldades após quedas nas Olimpíadas; Allison Schmitt, nadadora que conquistou pódios em Londres e teve sintomas de depressão; Michael Phelps, recordista de medalhas olímpicas, que superou uma profunda depressão relacionada a vícios; e Rafaela Silva, judoca que lidou com críticas e racismo nas Olimpíadas, buscando apoio psicológico para superar as adversidades.

O texto aborda o papel do psicólogo do esporte na identificação e compreensão da personalidade dos atletas como um fator crucial no ambiente esportivo. Destacamos a importância de condutas personalizadas e treinos de habilidades psicológicas para melhorar o desempenho atlético. A escolha de um capitão de equipe é apresentada como um exemplo prático, ressaltando a necessidade de avaliar características de liderança, habilidades interpessoais e outras qualidades.

Além da personalidade, a motivação é discutida como outro elemento influente no desempenho esportivo, sendo definida como a direção e intensidade do esforço do atleta. A interação entre fatores pessoais (como personalidade) e situacionais (como estilo do líder-técnico) é enfatizada para compreender a solicitação de forma abrangente.

O texto destaca a importância do treinamento de habilidades psicológicas, conforme definido por Weinberg e Gould, como prática sistemática para melhorar o desempenho e a satisfação esportiva. Diversos aspectos são indicados, incluindo regulação de ativação, mentalização, autoconfiança e concentração. A abordagem do psicólogo do esporte é reconhecida como fundamental não apenas no tratamento de

problemas, mas também na prevenção, superação de limites e busca da identidade do atleta.

8 - SÍNDROME DE BURNOUT E SOFRIMENTO EM ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO NO ESPORTE BRASILEIRO

Os estudos de Oliveira e Pedroza(2021), investigam a presença da Síndrome em diferentes modalidades esportivas, analisando fatores como carga de treino, estratégias de enfrentamento, experiência do atleta , entre outros.

O primeiro estudo aborda a carência de investigações científicas sobre o Burnout no ambiente esportivo brasileiro, destacando temas como implicações do Burnout no treinamento esportivo, instrumentos psicométricos de mensuração e manifestação do Burnout em atletas e treinadores.

Outras pesquisas exploraram a relação entre a intensidade do treino e os sintomas de Burnout, indicando que um programa de treino adequado pode evitar a manifestação da síndrome. Além disso, estudos investigam a prevalência da Síndrome de Burnout em diferentes categorias esportivas, como no futsal e no rugby.

A revisão destaca a importância da avaliação cognitiva na experiência de ansiedade e burnout em jovens atletas, ressaltando a necessidade de considerar diferentes variáveis psicológicas no estudo das especificidades. Um estudo específico aborda o Burnout em atletas de elite, identificando correlações negativas com fatores como motivação autodeterminada, autonomia e competência, e correlações positivas com motivação prescrita socialmente e preocupação com erros.

Outra pesquisa analisa agentes estressores em atletas adolescentes de elite, identificando características de alto e baixo risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. A revisão também destaca a escassez de estudos sobre o sofrimento no esporte de alto rendimento, explorando a relação entre dor, sofrimento e o culto à superação no ambiente esportivo.

Em suma, as literaturas revisadas evidenciam a necessidade de compreender melhor a Síndrome de Burnout e o sofrimento no contexto desportivo, através de disciplinas práticas subsidiadas e melhorar o acompanhamento dos atletas nos seus treinos e atividades diárias.

9 - O IMPACTO DOS FATORES PSICOSSOMÁTICOS NO DESEMPENHO DOS ATLETAS

O artigo de Lima, Silva e Silva (2022), enfoca a significativa atuação do psicólogo do esporte no âmbito de uma equipe esportiva, destacando três principais demandas: informar, auxiliar e ser um agente de transformação. A responsabilidade desse profissional inclui a psicoeducação da equipe técnica e demais envolvidos sobre os fundamentos do comportamento humano, buscando uma integração eficaz entre teoria e prática (RIERA, 1985; MIRACLE, 1992).

No contexto da psicologia esportiva, o psicólogo desempenha um papel crucial na mediação entre a comissão técnica e os atletas, visando equilíbrio emocional, foco, concentração, autoconfiança, disciplina, inteligência e respeito. A flexibilidade é essencial para lidar com fatores externos que possam afetar o desempenho, exigindo uma constante atenção às demandas individuais, sejam elas esportivas, familiares ou pessoais (VORKAPIC; RANGÉ, 2011).

A abordagem preventiva é ressaltada, enfatizando a importância da avaliação contínua, programas de treinamento psicológico, motivação dos atletas e a estruturação racional dos treinamentos físicos. O artigo destaca a necessidade de incentivar mudanças na estrutura social do esporte competitivo, muitas vezes percebido como controlador e autoritário. O psicólogo do esporte deve capacitar o atleta a lidar conscientemente com sintomas de ansiedade, estresse e pensamentos negativos, desenvolvendo habilidades cognitivas e psicológicas (ANDREOLI; OLIVEIRA; FONTELES, 2020).

No contexto da psicossomatização no esporte, o artigo destaca que o psicólogo desempenha um papel ativo na identificação e tratamento de sintomas físicos relacionados a conflitos e angústias psicológicas. Colabora com o médico no tratamento dos efeitos psicológicos decorrentes da doença ou que podem resultar nela (FEIJOO; MATTAR, 2015). Explora também os fatores das doenças psicossomáticas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), destacando a influência das crenças disfuncionais na manifestação de sintomas físicos (SALVETTI; PIMENTA, 2007).

O artigo aborda ainda a importância de identificar fontes internas de estresse e a necessidade de reestruturação através do Treino de Controle do Stress (TCS). Este é

descrito como uma modalidade da terapia cognitivo-comportamental, visando a mudança de hábitos de vida e comportamentos em quatro áreas específicas: nutrição anti estresse, relaxamento da tensão mental e física, exercício físico e mudanças cognitivas comportamentais (BORGES; DOMINGOS; LUIZ, 2009).

Por fim, são delineadas duas vertentes de crença na Psicologia do Esporte: a primeira enfatiza o papel do psicólogo na reabilitação física, aconselhamento e promoção de exercícios físicos para melhorar a saúde dos atletas; a segunda destaca sua atuação fundamental na comunicação entre os grupos esportivos, ressaltando a necessidade de compreender a linguagem específica de cada esporte (ARAÚJO, 2002).

10 - SAÚDE E TRANSTORNO MENTAL NO ATLETA DE ALTO RENDIMENTO: MAPEAMENTO DOS ARTIGOS CIENTÍFICOS INTERNACIONAIS

Na pesquisa de Colagrai et al(2022), a predominância de estudos nos EUA, Reino Unido e Austrália é destacada, enquanto a participação de pesquisadores de outras regiões é limitada, possivelmente devido ao desinteresse ou baixo investimento. O texto ressalta a importância crescente atribuída à saúde mental no esporte, evidenciada pela contratação de profissionais de psicologia por organizações esportivas. Apesar do crescimento nas pesquisas, há uma falta de estudos epidemiológicos abordando sintomas e distúrbios de saúde mental entre atletas de elite.

O texto destaca instrumentos quantitativos comuns na coleta de dados, incluindo AUDIT-C, PROMIS e CES-D. Observa-se uma ênfase nas atletas masculinas em estudos, contrastando com a necessidade de considerar as diferenças de gênero, dada a maior prevalência de transtornos mentais entre atletas femininas em algumas áreas. O uso de álcool e drogas é mais prevalente em atletas masculinos, enquanto transtornos como depressão, ansiedade e distúrbios alimentares são mais comuns em atletas femininos.

O texto conclui destacando as limitações do estudo, como a restrição de bases de dados e idiomas, indicando a necessidade de pesquisas futuras que abordem essas lacunas e complementam os achados existentes.

11 - AS REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS DAS LESÕES OSTEOMUSCULARES NOS ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO

O texto de Silva e Nascimento(2020), destaca a importância de abordar a força psicológica dos atletas durante treinos, jogos competitivos e decisões, considerando a pressão interna e externa que enfrentam. Nos esportes de contato, as lesões osteomusculares são comuns devido a fatores como movimentos repetidos, desequilíbrios musculares, colisões e treinamento excessivo. Essas lesões não têm apenas impacto físico, mas também geram dor psicológica, sendo suas manifestações singulares.

O psicólogo desempenha um papel crucial ao trabalhar a autoconsciência do atleta, utilizando técnicas de respiração e explorando motivações intrínsecas e extrínsecas. Além disso, é responsabilidade do psicólogo ajudar o atleta a atender um sentido à lesão e à prática esportiva, integrando esses aspectos à sua história de vida. A compreensão da lesão pelo atleta é fundamental, envolvendo discussões sobre seu papel, importância e significado na vida do indivíduo.

A eficácia do acompanhamento psicológico no tratamento da lesão depende da qualidade da relação exigida com o atleta. Destaca-se que o sucesso do tratamento requer esforço por parte do atleta, incluindo dedicação à prática de exercícios de psicoeducação, autorreflexão constante e a busca por ressignificar comportamentos específicos.

12 - A RESILIÊNCIA NO ÂMBITO ESPORTIVO: UMA PERSPECTIVA BIOECOLÓGICA DO DESENVOLVIMENTO HUMANO

O texto de Fontes e Brandão(2013), analisa as características pessoais, recursos e demandas de atletas de basquetebol, destacando tanto aspectos positivos quanto negativos. No que diz respeito às características positivas, a superação, determinação e curiosidade se destacam, enquanto a arrogância, a timidez e a insegurança são mencionadas como características negativas, embora algumas tenham sido alteradas ao longo do tempo.

Quanto aos recursos, os atletas citam habilidades físicas, estatura favorável, disciplina e jogo de cintura. A terceira categoria refere-se a atributos pessoais, como extroversão, simpatia, humildade e sinceridade, que impactam no desenvolvimento e alcance de objetivos. O contexto esportivo de alto rendimento é explorado, revelando fatores de risco, como atrasos, lesões e pressão dos treinadores, e fatores de proteção, incluindo apoio da família e relacionamentos importantes. O texto destaca a importância do técnico na promoção de fatores protetores, mas ressalta a necessidade de cuidado devido ao potencial impacto negativo.

Ao analisar a interação entre os atletas e o ambiente esportivo, observa-se uma capacidade de superação e determinação diante de desafios, e a interpretação positiva das experiências vivenciadas ao longo da carreira.

Em resumo, o texto aborda a complexidade das características pessoais dos atletas, dos recursos que se desenvolvem ao longo do tempo e das demandas do ambiente esportivo de alto rendimento, destacando a importância do apoio social, do técnico e da capacidade de superação para o desenvolvimento positivo no esporte.

13 - TRAJETÓRIA ESPORTIVA E HABILIDADES PSICOLÓGICAS DE JOGADORES DE FUTEBOL DA SELEÇÃO BRASILEIRA

O estudo de Fechio, Peccin e Padovani(2021), revela que o futebol desempenha um papel central na vida dos participantes, permeando diferentes fases de suas trajetórias esportivas. A família de origem se destaca como uma influência crucial, inicialmente ao promover o sonho de se tornarem jogadores de futebol e, posteriormente, ao fornecer apoio emocional diante das adversidades.

Os resultados demonstram uma notável satisfação dos participantes em relação às suas carreiras profissionais. As convocações para a seleção brasileira e a ascensão social emergem como marcos significativos nesse processo, destacando a importância desses eventos para o reconhecimento e sucesso dos atletas. Além disso, chama a atenção o fato de que muitos desses jogadores alcançaram uma equipe profissional antes de atingirem o limite de idade para competições nas categorias de base, evidenciando um destaque precoce em diferentes categorias.

A complexidade dos problemas extracampo é ressaltada pelos participantes, sendo identificada como os desafios mais intrincados enfrentados. Entretanto, o relato dos atletas também revela indicadores de resistência mental e uma claramente notável na definição de metas para suas carreiras esportivas profissionais.

O comprometimento, a disciplina e a busca constante pelo aperfeiçoamento esportivo são apontados como elementos distintivos dos participantes. A atuação em clubes de futebol da primeira divisão e as convocações para a seleção brasileira representam a concretização do sonho almejado.

A escolha metodológica de entrevistas em profundidade destaca-se como uma ferramenta útil para ampliar o entendimento do desenvolvimento e manutenção da excelência esportiva no futebol de campo. O estudo sugere que pesquisas dessa natureza devem ser incentivadas, contribuindo significativamente para o avanço da ciência do esporte e fornecendo insights valiosos para gestores, treinadores e demais profissionais envolvidos no meio esportivo.

14 - INFLUÊNCIA DA ANSIEDADE, MOTIVAÇÃO E CONCENTRAÇÃO NA PERFORMANCE DE ATLETAS DE FUTEBOL

O estudo de Siqueira(2021), explora a complexidade do desempenho esportivo, identificando fatores físicos, genéticos e, especialmente, psicológicos como determinantes cruciais no esporte de alto rendimento. Desde o século 20, a relação entre esporte e ciência tornou-se indispensável, destacando-se a influência de fatores psicológicos, além dos elementos genéticos e físicos tradicionais, como determinantes fundamentais do desempenho atlético.

Autores como Balagué (2000), Ribeiro e Baptista (2018), e Rubio (2000) já apontaram para a relevância dos fatores psicológicos no resultado esportivo. Pesquisas recentes, como as de Duckworth et al. (2007), corroboram essas lições, destacando o conceito de "Grit" - coragem/confiança, comprometimento, objetivos e metas bem definidas, resiliência e busca pela excelência - como componentes psicológicos que superam, em impacto, fatores físicos e cognitivos em diversos contextos .

Um exemplo contemporâneo é o caso da atleta olímpica Simone Biles, que optou por não competir em diversas modalidades nas Olimpíadas de Tóquio 2020, priorizando sua “saúde mental”. Isso evidencia a importância crucial das variáveis psicológicas, mesmo quando o atleta não está no ápice de sua forma física e técnica.

Além disso, o estudo destaca a história do treinamento de variantes psicológicas em alta performance, remontando aos anos 50, com os pioneiros soviéticos Roubik e Puni, cujas técnicas de "treinamento mental" influenciaram as grandes conquistas dos atletas soviéticos nas Olimpíadas de Helsinque 1952.

Weinberg e Gould (2017) enfatizam a percepção atual de que o esporte é predominantemente mental, especialmente em modalidades como golfe e tênis. A oscilação no desempenho, segundo eles, é frequentemente motivada por fatores psicológicos, destacando a necessidade de uma abordagem holística que inclua o treinamento mental como parte integrante da preparação de atletas de alto rendimento diário. Este estudo ressalta, assim, a importância crescente do entendimento e desenvolvimento dos aspectos psicológicos no campo do esporte de elite.

Ao abordar as competições esportivas de maior destaque, como a Copa do Mundo de Futebol e as Olimpíadas, o texto ressalta como o futebol alcançou uma relevância estratégica, transcende fronteiras e classes sociais desde o século XIX.

A aliança entre futebol e ciência, transferindo melhores resultados, torna-se evidente a partir dos anos 50, com a influência crescente da psicologia do esporte na preparação de equipes de alto nível. Aspectos antes ultrapassados, como maturidade, disciplina e autoconfiança, agora são consideradas prioridades juntamente com habilidades físicas, técnicas e táticas.

Corrêa et al. (2002) destacam a presença constante do fator psicológico em todas as ações de um jogo de futebol, com influência direta no resultado. Pesquisas conduzidas por Freitas, Dias e Fonseca (2013) com treinadores de futebol em Portugal evidenciam a unanimidade na percepção da importância do treinamento de habilidades psicológicas, como concentração, autoconfiança e união de grupo, na formação de atletas/equipes de sucesso.

Hanin (2007) acrescenta a ansiedade como um fator crucial, destacando a necessidade de os atletas de elite encontrarem um ponto ideal de equilíbrio para

melhorar o desempenho. Nesse contexto, este estudo se propõe a analisar a ansiedade, motivação e concentração como variáveis psicológicas que podem afetar tanto positivamente quanto os níveis de desempenho dos jogadores de futebol. A compreensão desses fatores é essencial para a maximização do potencial esportivo e o desenvolvimento integral dos profissionais do futebol.

Este estudo aborda a preocupação como um fator determinante no desempenho esportivo, especialmente no contexto do futebol. A preocupação, segundo Raglin e Hanin (2000) e Weinberg e Gould (2017), é considerada um dos principais fatores psicológicos que influenciam o desempenho, mas não é exclusivamente negativa. Weinberg e Gould propõem uma compreensão mais complexa da ansiedade, distinguindo entre ansiedade traço (parte da personalidade do atleta) e ansiedade (relacionada diretamente à performance).

Ao longo dos anos, várias teorias foram elaboradas sobre a ansiedade, sendo divididas em ansiedade somática (afetando fatores fisiológicos) e ansiedade cognitiva (relacionada a variações nos pensamentos dos atletas). Estudos, como o de Fortes et al. (2018) e Leitzelar et al. (2020), destacam a influência negativa da ansiedade cognitiva em jogadores de futebol de campo, ressaltando sua interferência nas decisões e na autoconfiança dos atletas.

Teorias como a do impulso de Spence e Spence (1966) e o modelo da Teoria do U invertido de Landers e Arendt (2010) sugerem que a ansiedade pode afetar positivas ou características de desempenho, dependendo dos níveis ideais de ansiedade somática e cognitiva.

O estudo conclui que, para melhorar o desempenho, é crucial que os profissionais da psicologia do esporte, em colaboração com os atletas, desenvolvam técnicas e habilidades psicológicas para identificar os níveis ideais de ansiedade. É importante ressaltar que a ansiedade não é exclusivamente prejudicial e, quando gerenciada corretamente, pode ser utilizada para melhorar o desempenho. O estudo enfatiza a importância da individualidade de cada atleta, destacando que os níveis ideais de ansiedade podem variar e que o preparo psicológico deve ser usado com cuidado para evitar quedas de desempenho. Além disso, uma definição de metas realistas e bem traçadas é fundamental para lidar eficazmente com a ansiedade.

A popularidade e o engajamento intrínsecos ao futebol geram uma motivação mais elevada entre os praticantes desse esporte, conforme evidenciado por Hevilla-Merino (2018), cujo estudo mostra índices de motivação muito superiores em jogadores de comparação com atletas de outras modalidades de futebol.

Sanchez-Sanchez et al. (2014) observam que a motivação do treinador também desempenha um papel direto no desempenho dos atletas de futebol, influenciando a intensidade do treinamento. A psicologia do esporte registra a motivação como originária de duas fontes principais: intrínseca, relacionada às metas e autopercepção do atleta, e extrínseca, associada a recompensas externas, como dinheiro e reconhecimento.

Contrariando a crença comum de que a fadiga compromete o desempenho, Barte et al. (2019) argumentam que os atletas de futebol mais motivados neutralizam os efeitos negativos da fadiga, percebendo a necessidade de maior esforço e manutenção ou até melhoria do desempenho.

O ambiente esportivo e o papel do treinador emergem como influenciadores-chave da motivação. Ambientes motivadores, conforme Braz et al. (2007), podem levar a variações positivas no desempenho, enquanto o suporte e estímulo do treinador, como observado por Marques (2018), têm um impacto positivo na motivação e, conseqüentemente, no desempenho do jogador de futebol.

Em resumo, o estudo destaca a forte influência da motivação no desempenho de um jogador de futebol, destacando que, seja intrínseca ou extrínseca, a motivação pode afetar positivamente ou níveis de desempenho. A análise sugere que uma certa dose de motivação é essencial, pois tanto a falta quanto o excesso podem prejudicar o atleta, impactando melhorias em sua fisiologia e desempenho geral.

Este estudo aborda a concentração como um fator psicológico de extrema importância no desempenho de atletas de futebol, destacando sua influência juntamente com outros elementos psicológicos como ansiedade e motivação. Weinberg e Gould (2017) definem concentração no contexto esportivo como a focalização em sinais relevantes, manutenção desse foco, consciência da situação e dos erros, e mudança do foco quando necessário.

Ziegler (1994) destaca que a atenção contínua aos estímulos ambientais resulta em um desempenho aprimorado, e a capacidade de atenção e concentração pode ser treinada. Relacionamentos de jogadores profissionais, como Gustavo Gómez e Fred, evidenciaram a importância atribuída à concentração pelos próprios atletas.

O texto destaca a interferência da concentração na performance, comprovada por evidências científicas e testemunhos de jogadores profissionais, técnicos e ex-atletas. Enfatiza a necessidade do treinamento psicológico para desenvolver habilidades de autorregulação, garantindo que os atletas mantenham controle sobre seus pensamentos, sentimentos e comportamentos para alcançar metas.

Em síntese, a concentração é identificada como um fator determinante no desempenho de atletas de futebol, fundamentado por teorias científicas e experiências práticas. O estudo ressalta a importância do acompanhamento psicológico para promover estratégias de relaxamento, controle da ansiedade, estabelecimento de metas e rotinas, desenvolvimento de diálogo interno positivo e simulação nos treinos, melhorar a concentração e, conseqüentemente, melhorar o desempenho esportivo.

15 - DISCUSSÕES ACERCA DA SAÚDE EMOCIONAL DE ATLETAS DE FUTEBOL DE ALTO RENDIMENTO

Este estudo de Correia (2023), analisa o impacto do esporte de alto rendimento, especialmente no futebol, na saúde emocional dos atletas e na contribuição do psicólogo do esporte nesse contexto. A pesquisa revisou oito estudos publicados entre 2018 e 2023, divididos igualmente entre os impactos emocionais do esporte e a atuação do psicólogo do esporte.

Os resultados indicam que o futebol de alto rendimento pode causar diversos impactos emocionais nas atletas, com ansiedade e estresse sendo os mais prevalentes, afetando não apenas os jogadores, mas também a comissão técnica. Instrumentos variados, como questionários de saúde, escalas de ansiedade e estresse, frequência cardíaca, exames de imagem e laboratoriais, são usados para mensurar esses estados emocionais.

A ansiedade, manifestando-se de várias formas, é identificada como o fator mais influente em atletas de futebol de alto rendimento. Estudos mostram que, antes da



competição, os níveis de ansiedade aumentam, enquanto pós-competição, sem lesões, esses níveis diminuem.

A condição comum de estresse entre os jogadores é atribuída às exigências físicas, mentais e emocionais do esporte, como treinamentos intensos, busca por alto desempenho, pressão por resultados e expectativas da mídia e torcida. Jogadores experientes parecem enfrentar menos impacto emocional, evidenciando uma relação inversa entre experiência e ansiedade/estresse.

O papel do psicólogo do esporte é destacado como crucial, mesmo para atletas experientes. Atletas renomados que colaboraram com psicólogos do esporte evidenciaram a importância dessa parceria no desenvolvimento de habilidades para gerenciar emoções, estresse e ansiedade.

Apesar de alguns desafios no mercado de trabalho para psicólogos do esporte, há reconhecimento da importância do seu trabalho, tanto em atendimentos clínicos quanto na educação. Estudos demonstram que a atuação conjunta do psicólogo do esporte e do clínico é benéfica, com o primeiro foco no desempenho esportivo e o segundo na subjetividade e bem-estar mental dos atletas.



5 - CONCLUSÃO

Os artigos mencionados acima, fornecem assertivamente a importância do tema em questão. Através destes, foi possível analisar a importância da psicologia do esporte para manutenção da saúde mental, a qual de maneira direta, está relacionada a saúde física e respectivos resultados dos atletas de alto rendimento. É possível observar que esta temática vem ganhando força atualmente, como citado em um dos artigos propostos, pós pandemia da COVID-19, doenças e transtornos psicológicos aumentaram gradativamente, assim este assunto passou a ser mais visado e conseqüentemente, visto de maneira mais ampla. Os resultados do estudo mostram que os atletas geralmente apresentam uma imagem de “iceberg”, com níveis de energia superiores às variáveis negativas que constituem as emoções. Segundo os estudos, também podemos perceber uma taxa significativa dos sintomas de ansiedade e estresse maior em mulheres do que em homens! Outro ponto de grande impacto para o desempenho destes atletas é o risco de lesões, fator este que também tem sido um dos maiores causadores dos sintomas de estresse e ansiedade, afetando mais atletas mulheres.

Conclui-se que embora este tema tenha tido um crescimento nos últimos anos, é importante dar mais visibilidade ao mesmo, compreender e analisar mais a fundo, dando espaço para discussões e possíveis soluções no que tange a saúde mental.



6 - REFERÊNCIAS

1- DIAS, André Leal; RODRIGUES, Érika do Nascimento. **RELAÇÃO ENTRE ASPECTOS PSICOLÓGICOS E O RENDIMENTO ESPORTIVO EM ATLETAS DE NATAÇÃO DO BRASIL.** 2022.

2- Brandt, R., de Liz, CM, Crocetta, TB, Arab, C., Bevilacqua, G., Dominski, FH, Vilarino, GT e Andrade, A. (2014) **Saúde Mental e Fatores Associados em Atletas durante os Jogos Abertos de Santa Catarina.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 20, 276-280.

3- SCARPATO, Leonardo Cavalheiro; AMARO, Alexandre Slowetzky; FERNANDES, Paula Teixeira. **Resiliência e saúde mental em atletas de diferentes níveis.** Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, v. 12, n. 3, 2022.

4- TREVELIN, F.; ALVES, C. F. **Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta.** Psicologia Revista, [S. l.], v. 27, p. 545–562, 2019. DOI: 10.23925/2594-3871.2018v27i3p545-562. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/37736>. Acesso em: 30 set. 2023.

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

6- OLIVEIRA, Fernanda Arantes de et al. **Estado de humor de atletas da base de uma equipe de basquetebol.** Motrivivência, v. 32, n. 62, 2020.

7- DE JESUS FRADES, Luane et al. **Adoecimento psíquico em atletas de alto rendimento: a importância da psicologia do esporte.** Revista Educação, Psicologia e Interfaces, v. 4, n. 3, 2020.



8- OLIVEIRA, F. S.; PEDROZA, R. L. S. **Síndrome de Burnout e sofrimento em atletas de alto rendimento no esporte brasileiro.** Psicologia Revista, [S. l.], v. 30, n. 1, p. 226–244, 2021. DOI: 10.23925/2594-3871.2021v30i1p226-244. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/44411>. Acesso em: 30 set. 2023.

9- SILVA, Sheline Vieira da; LIMA, Andrea Feitosa Lima; SILVA, Bruno Pires da. **O impacto dos fatores psicossomáticos no desempenho dos atletas.** 2022.

10- SILVA, Fabianne Mirelly Muniz da et al. **As repercussões psicológicas das lesões osteomusculares nos atletas de alto rendimento.** 2020.

11- COLAGRAI, A. C.; BARREIRA, J.; NASCIMENTO, F. T.; FERNANDES, P. T. **Saúde e transtorno mental no atleta de alto rendimento: mapeamento dos artigos científicos internacionais.** Movimento, [S. l.], v. 28, p. e28008, 2022. DOI: 10.22456/1982-8918.118845. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/118845>. Acesso em: 8 out. 2023.

12- FONTES, Rita de Cássia da Costa; BRANDÃO, Maria Regina Ferreira. **A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano.** Motriz: Revista de Educação Física, v. 19, p. 151-159, 2013.

13- FECHIO, J. J.; PECCIN, M. S.; PADOVANI, R. da C. **TRAJETÓRIA ESPORTIVA E HABILIDADES PSICOLÓGICAS DE JOGADORES DE FUTEBOL DA SELEÇÃO BRASILEIRA.** Movimento, [S. l.], v. 27, p. e27071, 2021. DOI: 10.22456/1982-8918.113626. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/113626>. Acesso em: 8 out. 2023.



14- SIQUEIRA, Bruno Felipe Oliveira. **Influência da ansiedade, motivação e concentração na performance de atletas de futebol.** 2022.

15- CORREIA, SARA. **DISCUSSÕES ACERCA DA SAÚDE EMOCIONAL DE ATLETAS DE FUTEBOL DE ALTO RENDIMENTO.** 2023.