

Amparo no microfone: o atleta profissional como voz na mídia esportiva a favor da saúde mental no futebol¹

Support on the microphone: the professional athlete as a voice in the sports media in favor of mental health in football

Débora de Oliveira² e Luan Paris Feijó³

Resumo: Vulnerabilidades expostas e repercussão em massa. O que antes silenciava aos olhos da arquibancada, hoje virou notícia e, conseqüentemente, trouxe vitórias extracampo que eram impeditivos para que, dentro dele, as potencialidades fossem bem exploradas. O emocional passou a ter um papel determinante para que os fracassos fossem compreendidos e, assim, trabalhados com a seriedade que merecem. Quantos sentimentos foram negligenciados anteriormente, embora figurassem como propulsores de maus resultados, individuais e coletivos, e hoje viraram voz no fortalecimento do cuidado com a saúde mental no futebol, auxiliando na retomada das boas atuações. Ao usar o microfone como porta-voz de suas necessidades emocionais, um jogador evidencia o papel do psicólogo como determinante para a construção das vitórias, pessoais e coletivas. Este estudo buscou retratar os efeitos da psicologia sobre o funcionamento psicológico de um profissional do futebol e/ou de um grupo de atletas; detectar a importância e a necessidade de um olhar efetivo de um terapeuta diante das adversidades da profissão; os efeitos positivos colhidos quando o jogador e/ou clube entendeu a importância de um acompanhamento profissional de saúde mental; bem como o amparo emocional efetivo nas exigências da excelência e o quanto a coesão grupal é resolutive para melhores desempenhos.

Palavras-chave: Psicologia social; Psicologia do esporte; Futebol; Atleta de futebol; Saúde mental.

Abstract: Exposed Vulnerabilities and Mass Repercussions. What once remained silent in the eyes of the crowd has now become news, bringing about off-the-field victories that previously hindered on-field potential from being fully realized. Emotions play a decisive role in understanding and addressing failures with the seriousness they deserve. How many neglected feelings have we seen become drivers of poor individual and collective results, and how many of these are now a voice for strengthening mental health care in football, aiding in the return to strong performances? By using the microphone as a platform to express emotional needs, a player highlights psychology as a key factor in building personal and collective victories. This study aimed to depict the effects of psychology on the functioning of a football professional or group of athletes; to identify the importance and necessity of a focused approach on the psychologist's role in addressing the adversities of the profession; and to showcase the positive outcomes when players and/or clubs acknowledge the significance of professional mental health support and effective emotional care in meeting the demands of excellence. It also explores how group cohesion becomes a determinant of better performances.

Keywords: Social psychology; Sports psychology; Soccer; Soccer player; Mental health.

¹ Trabalho de Conclusão de Curso no Bacharelado em Psicologia – Universidade La Salle da primeira autora do estudo. Artigo premiado em 1º lugar no XXIIº Prêmio Estudante da SPRGS.

² Acadêmica do Curso de Psicologia. Universidade La Salle – Canoas/RS. E-mail: debora.202010682@unilasalle.edu.br

³ Psicólogo, Doutor em Psicologia, orientador. Universidade La Salle – Canoas. E-mail: luan.feijo@unilasalle.edu.br

Introdução

Este trabalho apresenta como objeto uma análise documental sobre a resposta emocional diante de situações adversas que envolvem atletas de alto rendimento no futebol. Após o acompanhamento psicológico, tem sido evidenciada na mídia pelos próprios profissionais como efetiva para manutenção da saúde mental, de modo que figura como uma aliada para novas conquistas em campo, sejam elas de resultado, desempenho, resiliência diante das adversidades, ou mesmo fortalecimento emocional, tendo em vista que por muitos anos o tema foi um tabu.

A temática surgiu a partir das vivências da autora na área do jornalismo, que se refletiram em inquietações quanto ao papel da exposição midiática, em nível pessoal e de coletividade, para que mais atletas pudessem buscar ajuda terapêutica, tendo como exemplo o reconhecimento do exercício fundamental do psicólogo para resultados efetivos de restabelecimento. Nos últimos anos, percebe-se um aumento gradativo de atletas compartilhando suas angústias em entrevistas, cujo alcance conta com repercussão mundial, reforçando que buscaram ajuda para superar questões pessoais e profissionais, e que esses acompanhamentos resultaram positivamente em impactos no desempenho ou até mesmo nos sentimentos que permeiam a continuidade da carreira.

A partir de documentos, reportagens e vídeos, cujo intuito é o de consolidar os questionamentos entre atletas, familiares, clubes, torcidas, federações e confederações, a fim de contribuir com a criação de ambientes profissionais mais acolhedores e de apoio, essenciais para o melhor desempenho e bem-estar do jogador, este estudo tem como objetivo averiguar os relatos da imprensa esportiva, acerca do efeito do tratamento psicológico em jogadores de alto nível no futebol, bem como analisar os relatos sobre o adoecimento e/ou sofrimento psíquico que enfrentam para a compreensão de seus significados na área da saúde mental.

Corrêa e Strey (1999) apontam que manter a imagem, a atuação e os resultados esperados se torna um exercício estressante, principalmente porque o jogador acredita e é levado a crer que tudo depende dele, visto que a nossa cultura individualista fomenta atitudes autocentradas e essa é uma das razões pelas quais muitos atletas passam por intenso sofrimento em sua profissão. Neste sentido, foram buscadas referências a partir das quais a psicologia pudesse contribuir com as situações emocionais relatadas, analisando conflitos em comum entre eles, suas causas e consequências, como também os fatores que influenciam na vida de cada um individualmente, e também nos grupos onde estão inseridos.

Weinberg e Gould (2001) indicam que o estresse acontece quando ocorre um desequilíbrio considerável entre as demandas físicas e psicológicas impostas a um ser humano, sob condições em que a falha para satisfazer acarreta consequências significativas na sua capacidade de resposta satisfatória. Estudos mencionam que a realização de um trabalho de preparação mental faz com que se tenha capacidade de lidar com tais situações (Gould et al., 1999). A fim de esclarecer melhor o tema citado, o trabalho proposto apresenta a seguir uma revisão narrativa sobre as contribuições dos profissionais da psicologia do esporte em eventos estressantes com atletas que declararam por meio da imprensa a importância do tratamento em saúde mental.

Fundamentação teórica

O futebol como prática esportiva

Um encontro com a bola que acentua a magnitude das emoções. O futebol, um dos maiores fenômenos sociais existentes, é também a modalidade com mais popularidade no mundo todo, recebendo influência dos mais diversos segmentos da sociedade (Giulianotti, 2012). Informações da Federação Internacional de Futebol (FIFA, 2013) ressaltam ser o esporte mais desenvolvido do planeta, com dados superiores a 260 milhões de atletas que atuam nesta prática. O Brasil aparece em segundo lugar no *ranking* de nações com o maior número de jogadores profissionais, em uma pesquisa que envolveu 187 países (2018).

Cecarelli (2011) menciona que o futebol tem uma significativa representação, pois envolve sensações e emoções que influenciam no comportamento dos praticantes e espectadores. Com isso, o que poderia ser uma atividade lúdica rompeu as barreiras da brincadeira, sendo hoje uma das profissões mais desafiadoras e com exigências que acompanham diversas faixas-etárias. É notório que começa a ser praticado na infância, nas chamadas categorias de base, e segue com o indivíduo até a idade adulta, em diferentes premissas de rendimento e proximidade da perfeição.

Pode-se destacar que a preocupação com a saúde mental de atletas de alto rendimento tem se tornado cada vez mais necessária, especialmente pela sobreposição significativa entre os anos competitivos. Estes variam entre os 15 e 30 anos, aproximadamente, sendo que o pico do aparecimento de transtornos mentais na população em geral se encontra entre os 15 e 25 anos (Smith & Milliner, 1994; Gulliver et al., 2012; Gulliver et al., 2012; American Psychiatric Association [APA], 2014; Allen & Hopkins, 2015, World Health Organization [WHO], 2017).

O futebol é tratado também como o esporte que mais causa notoriedade e engajamento para quem sonha em ser um profissional da área, gerando *status* de idolatria, participação nas competições com mais visibilidade e reconhecimento, exigências técnicas, bem como uma vida financeira dificilmente alcançada por outras profissões. Impõe ainda ao ser humano trajado de atleta um grau elevado de abnegações e disposições. A vivência do arquétipo do herói é experimentada pelo atleta em toda a sua abrangência, tanto com a demonstração de força e coragem quanto pela capacidade de realizar virtudes destinadas a poucos [...]. Por isso, essa figura exemplar representa um referencial de identidade para muitos jovens. Vislumbra-se a possibilidade de realizações semelhantes e a consequente permanência, na esperança de um futuro que inscreva seu nome na posteridade (Conselho Federal de Psicologia [CFP], 2019, p. 38).

O Conselho Federal de Psicologia (2018, p. 5) comunica que o esporte é um bem cultural, um direito social e fator que contribui com o processo de desenvolvimento humano, assim como pondera que a construção do imaginário esportivo está ligada à comunicação de massa que exalta a importância da vitória e da competitividade, mas silencia no tocante aos demais valores vinculados à prática do esporte. Por figurar como uma das modalidades esportivas mais populares do país, e também a que demanda mais investimentos e exigências, evidencia ídolos e vilões em cada uma das partidas e solicita desde cedo o comprometimento com a saúde mental como parte das habilidades imprescindíveis para que se consiga os melhores resultados em campo, e fora dele. A realidade é que as competições e a exposição profissional submetem os atletas a fatores ora estimulantes, ora bloqueadores

e até mesmo enfraquecedores dos potenciais, o que também ocorre quando situações externas servem de estímulo para que determinadas aptidões sejam salientadas ou diminuídas.

Pesquisas revelam que, tal como ocorre em muitos outros construtos de personalidade, a autoconfiança é multidimensional, indo além das capacidades físicas e da habilidade psicológica de mentalização e diálogo interior, fortalecendo as habilidades perceptuais como a capacidade de decisão e a adaptação, passando pela certeza do condicionamento físico e na condição de treinamento, até chegar na confiança de potencial da aprendizagem e na capacidade de melhorar as próprias habilidades (Vealey, 2002; Weinberg & Gould, 2017). Com base nisso, tendo em vista a necessidade de reorganização psicológica diante das adversidades, e como alternam estímulos negativos e positivos intra e extra campo, torna-se imprescindível que sejam trabalhados de forma profissional, amparados na Psicologia do Esporte.

A psicologia do esporte

Na década de 1890, a psicologia do esporte começou a ser inserida, ao passo que Norman Triplett, psicólogo da Indiana University, que era um entusiasta do ciclismo, buscava compreender por que os ciclistas costumavam pedalar mais rápido quando corriam acompanhados de pares ou grupos do que quando pedalavam individualmente (Triplett, 1898). Foi estudando recordes de competições ciclísticas que ele confirmou sua indagação e ainda complementou a investigação dando um anzol para que as crianças enrolassem. Com isso, percebeu que, na presença de outras crianças, a habilidade para enrolar a linha de pesca era mais ágil. Com o devido acompanhamento, as crianças conseguiam os melhores desempenhos.

Weinberg e Gould (2017, p. 11) proferem: “Hoje, a psicologia do esporte e do exercício é um campo vibrante e excitante, com um futuro brilhante”. Entretanto, embora um longo caminho tenha sido percorrido, este período de maturidade ainda está por acontecer, tendo em vista que estamos ainda na “adolescência” em relação à relevância que precisa ser dada ao tema (Becker, 2008, p. 34). Como ciência que se comprova ser, é dinâmica, pois tem como processo aprender sobre o mundo a partir da filtragem sistemática, empírica e crítica do conhecimento adquirido por intermédio da experiência que, tal como a psicologia descreve, explica, prevê e permite o controle do comportamento (Kerlinger, 1973).

Psicologia social sob as perspectivas e interações no esporte

A complexidade do estudo do comportamento humano tem desafiado pesquisadores de todas as áreas da psicologia ao longo dos anos (Weinberg & Gould, 2017). O esporte com o seu papel social ganha um capítulo à parte nessa busca incessante do indivíduo por motivação, por regulação dos pensamentos e controle dos sentimentos e emoções, a fim de tornar mais eficaz a busca pelas realizações (Roas, 2011).

O norte-americano Coleman Griffith, psicólogo da *University of Illinois*, é considerado o pai da psicologia do esporte, visto que a partir da dedicação dele começaram a testar atletas e levantar dados referentes aos elementos de concentração, personalidade, agressividade e tempo de reação. No Brasil, pesquisadores ponderam que é arriscado determinar com precisão o início da inserção da psicologia do esporte, levando em conta a pouca divulgação dos eventos que determinaram sua utilização. Todavia, registros oficiais (Feige, 1977) mostram que estamos na décima oitava década de prática, passando ainda pelo período de maturidade (Becker, 2008, p. 34).

A segunda geração no país foi estabelecida a partir de 1975 com a evolução da Medicina do Esporte, que agregou o crescimento do conhecimento científico à prática esportiva e ao desporto nacional. O que chamou atenção no início do processo desse conteúdo mais aprofundado, vale frisar, foi tanto o interesse dos educadores físicos quanto a falta de interesse dos psicólogos. Foi só a partir de 2002 que os profissionais da saúde mental participaram de um evento destinado a essa abordagem, sem a presença de educadores físicos (Becker, 2008, p. 42).

Se por um lado, como atividade física não competitiva, ele é capaz de resgatar sua função pedagógica integradora, por outro lado a sua porção competitiva o coloca como um ícone contemporâneo naquilo que se refere ao desenvolvimento de habilidades específicas e especializadas (Rubio, 2008). O Conselho Federal de Psicologia ([CFP], 2019, p. 38) ressalta que a vivência do protótipo do herói é experimentada pelo atleta em toda a sua abrangência, sendo na demonstração de força e coragem ou também pela capacidade de realizar virtudes destinadas a poucos [...], sendo esse o motivo dessa figura exemplar representar um referencial significativo de identidade para muitos jovens, criando expectativas de realizações semelhantes e, conseqüentemente, elevando a esperança de um futuro que repercuta seu nome na posteridade. Por intermédio de uma modalidade específica, e do esporte como um todo, práticas coletivas e comportamentos individuais se integram configurando um fenômeno chamado senso comum da cultura esportiva (CFP, 2019).

O atleta de alto rendimento

Noventa minutos de jogo e uma vida dedicada ao esporte. Da técnica e tática que acompanham e aperfeiçoam um atleta, passando pelas exigências físicas e nutricionais que compõem o comprometimento de preparação, até a saúde emocional, em todas as fases do processo, na qualificação para a vitória ou na aceitação da derrota, o futebol exige um processo multidisciplinar de condução de carreira. Brandão (2000) assegura que, para compreender integralmente o atleta de futebol de alto rendimento e por se tratar de um esporte extremamente complexo, existe a necessidade de uma perfeita interligação entre os aspectos físicos, técnicos, táticos e psicológicos ligados a esse contexto.

Como fator técnico, o equilíbrio emocional impacta diretamente no desempenho do atleta quando inclui a capacidade de tomar decisões rápidas, como também o gerenciamento da ansiedade e da concentração durante uma disputa, sendo que a estabilidade é aliada da consistência e da evolução das habilidades. O Momento Psicológico (MP) é seguidamente citado como uma das razões subjacentes ao sucesso e também ao insucesso no campo dos esportes (Eisler & Spink, 1998). Já que o momento é definido como uma alteração positiva ou negativa nos aspectos cognitivos, emocionais, fisiológicos e comportamentais, causada por um evento ou uma série de eventos, essa alteração pode resultar em uma mudança na performance e no resultado da competição.

Um esporte de alto rendimento trabalha ao máximo as potencialidades da performance humana, exigindo um cuidado com a carreira que contempla competência, disciplina, estratégias de preparação, performance, conduta e autoconfiança. Em toda ação presente em um jogo de futebol, existe um envolvimento psíquico, sendo esse consciente ou não, mas a qualidade desse envolvimento terá fundamental importância no resultado da ação. Dividir uma bola com um adversário desperta no atleta sentimentos de posse, de levar vantagem, de triunfo, de competição. A partir da conscientização desses aspectos, a preparação atlética passou a envolver também objetivos afetivos (Venzon, 1998).

A psicologia, assumindo o papel de moderador social, também atua na análise dos relacionamentos que compõem o entorno do atleta, nas relações sociais com os companheiros de elenco, técnicos, dirigentes, torcedores e mídia, visto que a falta de coesão e suporte pode acarretar desestabilidade. Os testes psicológicos geralmente ocorrem durante os períodos de exposição aos fatores adversos que trazem impactos significativos, como derrotas, lesões graves, perda de titularidade e críticas públicas mais contundentes. São acrescentados ainda *overtraining*, *burnout*, vida fora de casa, restrições sociais, pressão interna e externa para alcançar os melhores desempenhos e resultados (Appaneal et al., 2009; Wolanin et al., 2015; Gulliver et al., 2015; Rice et al., 2016; Gorczynski et al., 2017; Reardon et al., 2019).

São fatores que exigem um conceito de titularidade que vai além da escolha do técnico pelos 11 atletas que iniciam uma partida, e sim pela capacidade de estar pronto para atuar em situações de pressão e expectativas de desempenho, com exposições midiáticas que vão de construtivas a prejudiciais, com interferências multifacetadas que podem ser determinantes no desempenho e no potencial explorado individual e coletivamente.

A psicologia do esporte na mídia

Vulnerabilidades expostas e repercussão em massa. O que antes silenciava aos olhos da arquibancada, hoje virou notícia e, conseqüentemente, trouxe vitórias extracampo que eram impeditivos para que, dentro dele, as potencialidades fossem bem exploradas. O emocional teve papel determinante para que o rendimento fosse compreendido e assim trabalhado com a seriedade que merece. Quantos sentimentos negligenciados pudemos perceber que foram propulsores de maus resultados, individuais e coletivos, e hoje viraram voz no fortalecimento do cuidado com a saúde mental no futebol?

Guareschi e Biz (2005) trazem que a mídia ocupa grande proporção e importância no cotidiano, contribuindo com a construção de realidades, pois cria e legitima valores que levam as pessoas a agir. Nesse impacto sobre as massas, torna-se responsável pela pauta das discussões diárias entre o grande público, formalizando-se significativamente na produção de subjetividades. Quando entretenimento e informação se encontram, compreende-se que a linha tênue que separa o espetáculo do viés social que o esporte oferece é ditada pela humanização de seus personagens, com a comunicação tendo papel de aproximação entre os ídolos e a torcida.

Método

A pesquisa caracteriza-se como uma análise documental, com cunho exploratório e de natureza qualitativa, uma vez que foi realizada para

averiguar os processos psicossociais e as relações acerca das experiências e vivências dos jogadores de futebol, com o intuito de compreender os contextos em que corroboram o papel da psicologia como fundamental nos fatores relacionados aos enfrentamentos emocionais, dentro e fora de campo. Denzin e Lincoln (2006) classificam a pesquisa qualitativa como a que demonstra uma abordagem interpretativa do mundo, em que seus pesquisadores estudam as coisas em seus cenários naturais, tentando entender os fenômenos em termos dos significados que as pessoas a eles conferem. Richardson (1999, p. 102) reitera dizendo que a profundidade do estudo realizado é mais importante que o tamanho da amostra, já que “o objetivo fundamental da pesquisa qualitativa não reside na produção de opiniões representativas e objetivamente mensuráveis de um grupo; está no aprofundamento da compreensão de um fenômeno social por meio de entrevistas em profundidade e análises qualitativas da consciência articulada dos atores envolvidos no fenômeno”.

Para tanto, escolheu-se o site oficial da ESPN, primeira emissora esportiva na TV por assinatura no Brasil, que iniciou suas atividades no país em 1989 e atualmente está presente em mais de 60 países, em todos os continentes. O veículo é reconhecido pela variedade esportiva e credibilidade de sua equipe de jornalismo, e tem como objetivo atender aos fãs de esportes nas mais variadas plataformas. Ao todo, são 4 canais em HD no Brasil (ESPN, ESPN Brasil, ESPN+ e ESPN Extra), a ESPN transmite ao vivo os principais eventos esportivos do mundo, entre eles mais de 20 campeonatos do futebol internacional, com destaque para a Premier League (Inglês), La Liga (Espanhol), Bundesliga (Alemão), Série A (Italiano) e UEFA Europa League.

Observando a Tabela abaixo, foram levados em conta os 50 resultados com as mais buscas por parte dos internautas no site oficial da emissora, espn.com.br, na data de 29 de outubro de 2024, com cada uma das seguintes palavras-chave: saúde mental, psicologia, preparação psicológica, psicólogo e saúde psicológica. Das 50 notícias mais buscadas pelo público com a palavra “psicologia”, 12 artigos em texto e vídeo estavam aptos à pesquisa proposta. Em 49 alternativas de conteúdo com referência de saúde mental, pois um deles estava duplicado, 6 foram considerados relevantes para este estudo. Tendo em mente os quatro artigos identificados na busca por preparação psicológica, nenhum deles estava apto no tocante à análise desenvolvida, ao passo que cinco dos 18 itens envolvendo a palavra “psicólogo” foram agregadores ao que se busca apresentar neste documento. No que se refere ao termo preparação psicológica, nenhum dos treze artigos investigados conseguiu responder aos questionamentos desejados. No total, 72 artigos se repetiam mesmo com a troca de informações sobre os termos específicos.

Quadro 1

Síntese descritores e resultados

Das 50 maiores buscas	Descritor/es	Filtro aplicado	Títulos relacionados	Artigos repetidos	Artigos inaptos	Títulos válidos
50 resultados	Psicologia	Futebol	39 artigos/vídeos	0	27	12
50 resultados	Saúde Mental	Futebol	37 artigos/vídeos	1	30	7
04 resultados	Preparação Psicológica	Futebol	02 artigos/vídeos	0	0	0
50 resultados	Psicólogo	Futebol	09 artigos/vídeos	33	24	5
50 resultados	Saúde Psicológica	Futebol	13 artigos/vídeos	37	13	0

Quadro 2

Totalidade de resultados encontrados

Total de notícias obtidas	Com filtro FUTEBOL	Notícias que se repetiram	Inaptas para pesquisa	Total de títulos úteis para pesquisa
204	100	71	94	24

Utilizou-se o método de coleta; pré-análise; exploração do material com as devidas categorizações; processamento dos resultados, bem como suas interferências e interpretações com base na análise de conteúdo qualitativa (Bardin, 2011). Após revisão individual e detalhada de cada um dos conteúdos relacionados e selecionados, foram observados todos os depoimentos dos atletas nas respectivas entrevistas e quais referências faziam com relação ao papel do psicólogo na situação correspondente ao que estavam enfrentando na determinada data, como vozes que fortalecem a ajuda profissional da área da psicologia para os enfrentamentos de carreira e ou situações extracampo.

Resultados

Com base na referida análise, foram encontradas categorias *a posteriori* de intervenções em saúde mental que norteiam a demanda por ajuda psicológica, a superação do preconceito ao optar por um acompanhamento psicológico, a importância do trabalho mental para compreensão dos problemas, o apoio emocional como ferramenta de respostas positivas e a coesão psicológica grupal para melhores resultados de trabalhos.

Categoria 1 – A importância de buscar ajuda psicológica

Aceitar lidar com os dilemas que norteiam a profissão e que têm impacto emocional no dia a dia de um atleta, é um dos avanços que podemos perceber nos conteúdos selecionados, visto que estão associados com situações decisivas como na cobrança de pênaltis, de reverberação de repercussão planetária como em Copas do Mundo (Copa da França de 2022), na cobrança midiática pelas expectativas de gerações passadas, a pressão de atuar em grandes clubes, bem como questões familiares que impactam no rendimento (ESPN, 2024). Tendo como premissa que o contexto esportivo sujeita constantemente os atletas aos mais variados tipos de pressão, externas (considerando-se a avaliação do desempenho pelos técnicos e demais participantes, expectativas do treinador em relação ao que ele executa, comportamento da torcida e o julgamento dos companheiros de equipe) ou internas (como o alcance de objetivos pessoais, as respostas de sucesso ou fracasso e as percepções individuais sobre vitórias e derrotas), pode-se ponderar as pressões geradoras de estresse que devem ser observadas (De Rose Jr., 1997).

Cada nome do elenco tem uma forma subjetiva e individual de lidar com os fatores estressores, porque a percepção do estresse depende da avaliação do propósito e sua finalidade, da qualidade de recursos e da experiência que dispõe para lidar com cada situação (Stefanello, 2007). A forma como o indivíduo avalia as situações ou os estímulos é, portanto, o que determina o modo como irá responder a uma situação estressora e como será afetado pelo estresse (Margis et al., 2003). Com base na percepção acerca das respostas emocionais e também comportamentais validadas por ele, será possível avaliar a ameaça, a preocupação, o medo, como também o desafio ou a motivação que estão interferindo negativa ou positivamente (De Rose Jr., 1999).

O goleiro do Flamengo, Hugo Souza, confirmou esses fatores em entrevista, após defender três pênaltis na partida entre Benfica e Chaves, pelo Campeonato Português, em março deste ano. Jogador que pertence ao Flamengo, antes de ser emprestado ao futebol europeu já sofria críticas no clube brasileiro, e entendia a pressão de jogar em um grande clube como influência determinante para a queda de desempenho. “Depois de um tempo, procurei acompanhamento psicológico (...) Tenho um acompanhamento de perto e vejo uma diferença muito grande. Tem me ajudado bastante. Tive que me manter forte porque a pressão no Flamengo é grande. Quando as pancadas vêm de fora da torcida e da mídia, é forte. A mesma torcida e a mídia que te colocam lá em cima quando você faz um bom jogo, te derrubam quando você não vai tão bem e não alcança as expectativas. (...) Também tive momentos ruins e falhas como qualquer outro jogador. Comigo tudo tomou uma proporção um pouco maior do que o esperado, mas também porque as pessoas esperavam mais de mim. Tive que me manter forte e procurar ajuda nas pessoas que amo para chegar até aqui e fazer um bom trabalho.” (ESPN, 2023), realçando o quanto a mídia esportiva como propulsora das expectativas.

Como evidencia principalmente o lado “positivo” da profissão, destacando o sucesso de alguns dos principais jogadores brasileiros (Amaral et al., 2007), elucida uma cobrança ainda maior por desempenhos impecáveis. Hernandez et al. (1999) mencionam que a ausência de flexibilidade que o atleta pode apresentar diante da resposta às situações de estresse faz com que seja vulnerável, confirmando que a carência de recursos de enfrentamento pode ocorrer diante dessas situações, podendo ativar mecanismos de fuga ou evitação quando não encontra respostas adaptativas, o que pode levar, inclusive, à interrupção de habilidades motrizes finas, sendo essas tarefas cotidianas como coordenar os músculos das mãos e dedos.

De quarto goleiro, passou a ser titular absoluto do time com mais exposição midiática do país, o que trouxe a exibição de grandes proporções das falhas e do rendimento aquém do almejado, o que conseqüentemente o levou a buscar ajuda de um psicólogo para lidar com as frustrações e reassumir o controle emocional. “É algo que ajuda a desenvolver quando consegue trabalhar bem a mente, o corpo responde melhor e faz o que você quer. Isso é muito importante, trabalho mental porque a mente comanda o corpo. É difícil fazer boas ações quando a mente não está boa. Acredito que os clubes precisam investir nisso, mas os próprios jogadores precisam ir atrás pessoalmente. Foi o que fiz”, relatou Hugo Souza. Simões (1996), Nery (2003) e Conceição (2004), em estudos e pesquisas realizados com atletas de alto rendimento, exibiram relevância significativa sobre as tendências de associação e desdobramentos das exigências impostas pelo esporte de elite em modalidades individuais e coletivas. Os conflitos psicossociais, sociodinâmicos e institucionais manifestam-se em decorrência das frustrações que ocorrem em qualquer ação participativa, em qualquer tipo de modalidade ou mesmo relação produtiva.

O goleiro Cássio Ramos, hoje no Cruzeiro, é um dos atletas mais vitoriosos do futebol brasileiro. No Corinthians, seu antigo clube onde atuou por 12 anos, tornou-se o jogador com o maior número de títulos e o que mais vestiu a camisa do time em jogos oficiais na história. Na imprensa, comemorou a evolução que o cuidado com a saúde mental trouxe ao futebol, destacando que muitas situações pelas quais passou ao longo da carreira poderiam ter sido enfrentadas de outra maneira se, na época, tivesse o acompanhamento de um profissional da psicologia, como tem agora: “É muito importante a gente ter a ajuda de pessoas que são profissionais do assunto. E o futebol hoje mudou muito, questão de redes sociais, críticas, até mesmo elogios e, no contexto geral, acho que isso é muito importante, é uma evolução no futebol” (ESPN, 2024).

Perceber a psicologia como uma ferramenta de fortalecimento mental, e um recurso para lidar com as “fragilidades”, já costuma ser noticiado como um passo oportuno para atingir resultados efetivos pessoais e profissionais. López-Ibor, Alonso e Alcocer (1999) advertiram que a consciência emocional é, antes de tudo, a consciência de si no mundo, e que qualquer estado de ânimo teria uma razão.

O esporte tem como constituição um espaço de transição psicossocial que se distingue em relação a brincar, jogar e atuar por rendimento. A brincadeira tem um conceito lúdico, ao passo que o jogo em si é uma forma de socialização e integração com regras. Na prática profissional laica, Helal (1990) e Freitas (1993) traduzem como são incorporadas as leis da razão e da racionalização em conformidade com a quantificação das relações produtivas, o que resulta na exclusão do místico, do sagrado e do mágico para se tornar uma responsabilidade.

Em 1998, o brasileiro Ronaldo Fenômeno reverberou com um colapso na concentração. A pressão e o estresse por lidar com o peso de ser o principal nome de um elenco na final contra a França mostraram o quanto a mente foi capaz de influenciar nos impactos sobre o corpo em uma época na qual a saúde mental era tema limitado no ambiente do futebol, visto que esse esporte sempre se caracterizou como um terreno fértil para a produção de ídolos, pautado pela superação dos obstáculos, transpassado pela competição e diretamente ligado ao espetáculo (Helal, 2003; Rúbio, 2002).

Duas décadas e meia depois, uma das maiores referências do ataque do Brasil em todos os tempos viu outro nome consagrado dos gramados, Neymar, precisar lidar com a frustração de uma lesão com eliminação em copas e declarar estar “destruído emocionalmente”. Com 21 anos na época, o principal nome da Seleção Brasileira ficou aos prantos no gramado após a eliminação para a Croácia por 4 a 2 nos pênaltis, eliminando a possibilidade da sexta estrela nas quartas de final. Foi então que Ronaldo defendeu o camisa 10, alertando para a importância do trabalho mental do jovem. “Eu queria reforçar essa necessidade do acompanhamento da saúde mental dos nossos atletas. Eu acho que realmente é muito importante a gente tocar nesse assunto, principalmente se tratando de Copa do Mundo quando o mundo inteiro está olhando para a Seleção Brasileira e o mundo inteiro estava olhando para o Neymar, a expectativa toda em cima dele. E quando eu vi a entrevista dele dizendo que psicologicamente estava destruído, aquilo partiu meu coração de uma maneira que eu também fiquei destruído psicologicamente e queria encontrar alguma forma de poder ajudá-lo. Mas eu acho que essa ajuda existe hoje em dia, na minha época era pouco falado, mas eu aconselharia que ele tivesse um acompanhamento psicológico para aguentar essa pressão que ela é extremamente desproporcional” (ESPN, 2022).

São exemplos de cenários impactantes no mundo do futebol que mudaram a perspectiva para uma necessidade de ressaltar a preparação psicológica dos atletas, bem como discutir mudanças como: ampliação no uso de profissionais da área, debates públicos sobre o enfrentamento das vulnerabilidades, diálogos mais amplos com atletas sobre a necessidade de atenção em relação ao que estiver causando prejuízo emocional. É essencial que se torne efetivamente um dos pilares da preparação de um atleta de alto rendimento, como suporte e moderador social e técnico, já que o esporte, como atividade humana, também apresenta fatores negativos que impactam a vida cotidiana de quem o pratica (Newman et al., 2016; Galatti, 2017).

Categoria 2 – A superação do preconceito

A pesquisa demonstrou que o preconceito enfrentado pelos jogadores de futebol quando buscam apoio psicológico é um fenômeno recorrente que acontece em grande parte da sociedade, pois prevalece o estigma de procurar ou até mesmo mencionar a intenção de realizar um acompanhamento psicológico, tendo em vista que as descrições utilizadas para esse cuidado com a saúde mental costumam ser com termos pejorativos e elencados como fraqueza emocional. Na concepção de Melo (2015), “o indivíduo é construído nas interações sociais, espaços de socialização que influenciam formas de agir, ser, viver e pensar o mundo, construir, produzir símbolos, lutar, resistir”.

“Eu consegui, com a ajuda do clube, buscar esse auxílio. Isso foi muito importante para mim, porque, como eu falei, tinha dias que eu não queria sair de casa, sair do meu quarto, já ia treinar, já ia direto para casa e me trancava dentro do quarto. Então, isso era difícil para mim. E como eu falei, parece que eu conversando mais com as pessoas, desabafando, acho que parece que melhorou”. Conversar com os profissionais de saúde mental como sinal de alerta de melhoria dos sentimentos de desânimo, desmotivação e necessidade de solidão foi um passo essencial para o atleta Richarlison, do Tottenham da Inglaterra e da Seleção Brasileira. A declaração dele ao canal ESPN (2024) veio acompanhada de um adendo: foi criado no interior e tinha receio de buscar ajuda psicológica, pois isso era um tabu na região onde cresceu, incluindo a própria família. “Sentia muito (o preconceito). Minha família, todo o pessoal lá do interior é assim, se você vai fazer algo assim, algumas sessões psicológicas, o pessoal vai falar que você está doído, que está ficando louco. Tem esse preconceito, e eu peço para as pessoas fazerem, porque vai ajudar bastante”, e fez um alerta de que após as pessoas fazerem a primeira sessão, vão entender o significado de ter aceitado ajuda.

Prado e Bressan (2016) salientam que o estigma em saúde mental é uma das situações prejudiciais para a sociedade, pois desestimula e impede que as pessoas busquem ajuda por medo dos rótulos. Nota-se que a falta de informação reforça atitudes de preconceito e de discriminação. Os relatos colhidos fortalecem o que dizem Pizzani et al. (2022), quando apontam que, atualmente, não existe uma estrutura ou modelo de atendimento abrangente para apoiar e responder às necessidades de saúde mental de atletas de elite. Aliado a isso, os atletas mantêm e agem de acordo com suas próprias atitudes, crenças e opiniões em relação à saúde mental.

É por mudar essa narrativa de que a busca por apoio emocional é vista como um indicativo de fragilidade, que a fala de um atleta renomado na profissão pode ser de fundamental importância para desmistificar esse olhar e tornar natural a cultura de saúde integrada, como as demais áreas, eliminando as barreiras que os impedem de ter acesso aos cuidados essenciais em Psicologia.

Categoria 3 – O apoio emocional

A busca do reconhecimento por meio de habilidades esportivas estabelece uma rede de interligações no processo grupal. Salienta-se que os atletas passam a ser vistos como heróis, pelo simples fato de atuar em um esporte que mexe com a paixão e a passionalidade de milhões de torcedores. Brandão (2005) e Campbell (2007) revelam, por intermédio da análise do mito do herói, ser este personagem símbolo de forças dominantes no psiquismo humano, figura que assume papel importante no imaginário atual, visto que a apropriação dos conteúdos inconscientes envolvidos por essas forças pode favorecer a melhor compreensão dos dilemas psicossociológicos do esporte.

“Desde que eu comecei a fazer terapia, praticamente parece que eu comecei a viver de novo, ou viver mais plenamente” (ESPN, 2024). Vinte e um problemas físicos, sendo considerados desde a recuperação de fadiga muscular até mesmo o quadro de COVID-19. Fatores que desencadearam uma ausência em campo de um dos principais nomes do Flamengo e o da Seleção Uruguaia, Giorgian De Arrascaeta. O meia utilizou as redes sociais para exaltar a relevância do apoio emocional no enfrentamento das adversidades na carreira de jogador de futebol profissional. O acompanhamento psicológico foi determinante para que ele valorizasse desde os mais simples momentos em família, até a resiliência para enfrentar as lesões. “Antes de eu começar a terapia, a minha personalidade, a minha forma de ver as coisas, o despertar de cada dia, de poder compartilhar momentos com a minha esposa, com a minha cachorrinha, esses momentos que são simples, mas que são especiais, e no âmbito do futebol também”, afirmou.

Durante muito tempo, as lesões eram tratadas exclusivamente do ponto de vista biomédico, mas, dadas as mudanças que ocorreram nos últimos anos no meio esportivo, a lesão passou a ser ponto de estudo de outros campos do conhecimento. Tal mudança se faz necessária, principalmente, em decorrência do caráter político e econômico do esporte, que mantém a ênfase no alto rendimento esportivo (Waddington et al., 2006). Os fatores psicológicos existentes estão fortemente associados à predisposição a lesões, ao tempo de reabilitação e retomada das atividades desportivas, bem como ao nível de sucesso dos processos de reabilitação (Weinberg & Gold, 2001). As habilidades do atleta para evitar as lesões e enfrentá-las adequadamente são fundamentais para sua prolongação de carreira no esporte, e para o desenvolvimento do seu potencial esportivo.

Atletas que desenvolvem a percepção de que seu valor social é diretamente direcionado ao seu desempenho esportivo, mostram-se muito mais afetados psicologicamente, quando lesionados, do que aqueles sem essa percepção (Crossman, 1997). Da mesma forma que se os mesmos têm a compreensão de que a atividade esportiva de rendimento, por suas próprias características, acarreta lesões ocasionais, ao se lesionar, tenderá a estar mais resiliente para implementar estratégias específicas de reabilitação do que outros atletas que não têm esta compreensão. “No momento das lesões, de você saber que você dar tudo o que tem que dar, as lesões vão ser parte do nosso dia a dia, pode acontecer num treino, no jogo, mas é importante saber que você está fazendo o que tem que ser feito. Então, o que vier, você já está preparado para enfrentar isso”, finalizou Arrascaeta.

Na busca por mais eficiência no que se refere aos processos de reabilitação de atletas lesionados, a literatura propõe o uso de conjuntos de procedimentos para intervenção psicológica que parecem reduzir os

custos e o tempo de tratamento (Smith; Milliner, 1994). Sabe-se que o vínculo estabelecido entre o atleta e o profissional da Psicologia pode ser fundamental para a motivação e o engajamento nas atividades propostas de intervenção (Crossman, 1997). Weinberg e Gould (2001) ainda sugerem intervenções cujos princípios envolvem a busca de proximidade e empatia com o atleta, que é incentivada por facilitar os canais de informação. Quando o atleta compreende de maneira clara e com o máximo de informações possíveis sobre o diagnóstico e o processo de recuperação, tende a inibir respostas de ansiedade relacionadas à catastrofização da experiência vivenciada, evitando interpretações exageradas e negativas, como também possíveis retrocessos.

Categoria 4 – A coesão psicológica grupal

Costumam ser discutidas as individualidades, mas a pesquisa relacionada também apresentou uma preocupação coletiva com o emocional, baseada em exemplos de fracassos nos quais a heterogeneidade de um elenco mostrou o que ocorre quando as diferenças não são tratadas com o valor que merecem. Isso porque o futebol profissional se caracteriza por situações específicas que o diferencia das demais modalidades esportivas e o tornam um campo de estudo complexo, de difícil acesso, com uma diversidade de aspectos que dificultam a relação entre o pesquisador e o campo (Castellani, 2010).

Sob essa perspectiva, compreende-se ser de extrema valia observar as diversas manifestações de liderança e o funcionamento dos demais processos grupais neste âmbito, visto que é relevante o trabalho coletivo, bem como o “espírito de grupo”. O futebol exige, por assim dizer, um olhar fundamentado em torno do grupo, a fim de que se estabeleça uma relação coesa na assimilação e obtenção das metas. Psicólogo Analítico do Esporte, presidente da Associação Brasileira de Psicologia do Esporte (ABRAPESP) e membro fundador da Associação de Psicologia do Esporte do Rio de Janeiro (ASSOPERJ), Rodrigo Pieri (ESPN, 2023) detalhou como o papel do psicólogo e um trabalho diário em um clube de futebol são fatores que têm grande valia para um elenco em busca dos objetivos na temporada. “O papel de um psicólogo esportivo é fazer esse trabalho de mediação entre as diferentes pessoas (de um clube) que carregam as suas histórias e têm seus desejos, anseios e objetivos de vida. Dentro disso, quando se fala em rendimento é algo que passa sim pela busca do resultado no sentido de ajudar que aquele ambiente esteja mais propício para poder ter um resultado. Mas eu diria que essa mediação de conflitos, do desejo, das histórias, é a base, é a estrutura para tudo”.

A entrevista aconteceu em razão da crise estabelecida no Clube de Regatas Flamengo, após insucessos esportivos, agressões dentro do vestiário e pressão da torcida por resultados mais efetivos, levando a imprensa a questionar se o que o rubro-negro estaria vivendo seria uma crise psicológica. Lewin (1973) explicita as comprovações por meio de dados de que o comportamento de um grupo em situações democráticas, autocráticas e de “*laissez-faire*” não deriva de diferenças individuais e sim do ambiente social estabelecido. A criação de uma atmosfera democrática irá enfatizar melhor o “sentimento grupal” por parte de seus integrantes e tal sentimento poderá favorecer a atenuação de conflitos e tensões, visto que a disposição do indivíduo para entender as opiniões e os objetivos contrários aos de seus companheiros, assim como discutir de forma racional os problemas pessoais trará uma solução mais rápida para os conflitos.

Considerações finais

A temática da saúde mental dos atletas profissionais do futebol ainda é um estigma para toda comunidade que engloba a profissionalização da modalidade. Mesmo que quiséssemos ser mais abrangentes na exposição pessoal de cada jogador, objetivando respostas bem-sucedidas do trabalho de um psicólogo em relação ao desempenho emocional e físico, seria impossível esgotá-las. Vale frisar que as limitações podem servir apenas para aprofundar mais na corroboração dessa necessidade, bem como instigar novas formas de comunicar a escassez de fatos que geram impactos e relevância para nossa investigação.

Registra-se um avanço nas manifestações que têm se propagado para o fortalecimento do profissional da psicologia dentro dos clubes e federações. Do mesmo modo, chegou ao público como forma de humanização do atleta que, consequentemente, se sente confortável em se mostrar passível de ajuda para cuidados com a saúde mental e, ao mesmo tempo, é condutor de validação de um acompanhamento individual e coletivo nos processos de reabilitação. O que a mídia tem publicado ocorre porque os atletas estão gradualmente se sentindo fortalecidos ao compreender um contexto que acolhe suas necessidades emocionais e, sendo parte do processo de mudança, além de agregar consciência ao seu entorno para um respaldo durante as situações vivenciadas, instiga outros companheiros que passam pelas mesmas situações a assimilar que todos podem ser acolhidos quando for preciso buscar e aceitar tratamento.

Corroborar com a necessidade de um psicólogo profissional nos enfrentamentos diários da profissão é uma vitória após tantos tabus que o cuidado com a saúde mental enfrenta no futebol. Desconstruir o preconceito e a vergonha da busca por um trabalho especializado, pode ser visto como um ato de coragem das vozes que se manifestam nos microfones e por meio da imprensa em geral. Em um esporte com milhões de praticantes e espectadores, desafios semelhantes aos experienciados neste estudo podem ser contabilizados como ultrapassados diariamente, com novas demandas sendo validadas com a mesma atenção.

É preciso ressaltar que os casos enfatizados tratam de situações em que a psicologia do esporte atuou como conciliadora de problemas. Vale frisar que, sendo executada como parte fundamental do conceito de preparação que exige um grupo multidisciplinar na formação do atleta, poderá servir para diminuir as estatísticas do abalo emocional que vem se multiplicando no esporte com mais visibilidade do planeta. Os artigos revisados neste estudo mostram limitações, pois são apenas um recorte do cenário futebolístico de uma única emissora, em seu site especializado, e que apenas esses exemplos coletados não configuram a exploração total desse cenário. De todo modo, chamam a atenção para o quanto a exposição midiática tem fortalecido a profissão de psicólogo por meio dos considerados protagonistas de clubes que têm influência maciça na referência para demais clubes e para o público da arquibancada, colaborando com a importância da profissionalização do fator mental como parte fundamental do desempenho profissional e fazendo com que possamos compreender que a voz que chega aos microfones ecoa em direção à consolidação do jogo da vida de um atleta, em uma partida que

dura toda a carreira em busca de vitórias dentro e fora de campo, e que está só começando. Sugere-se que novas pesquisas possam investigar as percepções de jogadores de alto rendimento, técnicos e diretores de clubes esportivos sobre a inserção e impacto da psicologia neste contexto, com a finalidade de aprimorar as intervenções necessárias.

Referências

- Allen, S. V., & Hopkins, W. G. (2015). Age of Peak Competitive Performance of Elite Athletes: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 45(10), 1431-1441.
- Amaral, A. C. S., Andrade, M. R. M., Oliveira, T. P., Madeira, R. H., & Ferreira, M. E. C. (2008). A cultura do corpo ideal: nível de satisfação corporal entre escolares de diferentes faixas etárias – estudo comparativo. *HU Revista*, [S. l.], 33(2), 41-45.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM 5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais*. (5a ed.). Artmed.
- Appaneal, R. N., Levine, B. R., Perna, F. M., & Roh, J. L. (2009). Measuring postinjury depression among male and female competitive athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 60-76.
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Becker J. B. (2008). *Manual de Psicologia do Esporte e Exercício*. (2a ed.). Nova Prova.
- Brandão, M. R. F. (2000). *Fatores de stress em jogadores de futebol profissional*. [Tese de Doutorado]. Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas.
- Castellani, R. M. (2010). *Em jogo a relação entre pesquisador e clube: futebol e processos grupais*. [Dissertação de Mestrado] – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.
- Cecarelli, L.R. (2011). *Estudo das interferências da ansiedade no psicológico de atletas juniores de futebol*. Trabalho de Conclusão de Curso – Graduação em Educação Física da Unesp.
- Conceição, P. F. M. (2004). *Perfil perséfone: Um estudo sobre crenças religiosas e Locus de controle de atletas de handebol* [Dissertação de mestrado, Universidade de São Paulo]. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP. <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39133/tde-19032020-104540/>.
- Corrêa, D. K. A., & Strey, M. N. (1999). Cidadão ou fonte de alienação: O jogador de futebol em uma análise psicossocial. *Revista Psico*, 30(2), 129-142.
- Conselho Federal de Psicologia (2019). *Referências técnicas para atuação de psicólogos(as) em políticas públicas de esporte*. Conselhos Regionais de Psicologia e Centro de Referência Técnica em Psicologia e Políticas Públicas. CFP. https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2019/09/Esporte_24_setembro_FINAL_WEB.pdf.
- Conselho Federal de Psicologia (2018). *Psicologia do Esporte - O corpo em movimento*. *Diálogos: Revista do Conselho Federal de Psicologia*, 14(9). https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2019/01/CFP_RevistaDiálogos_Ano14_n9_dez2018.pdf.
- Crossman, J. (1997). Psychological rehabilitation from sports injuries. *Sports medicine*, 23, 333-339.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2006). Introdução: a disciplina e a prática da pesquisa qualitativa. In: Denzin, N. K., Lincoln, Y. S. (Orgs.). *O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens*. (2a ed.). Artmed.
- De Rose Junior, D. (1997). Sintomas de stress no esporte infanto-juvenil.

- Treinamento Desportivo*, v. 2, (n. 3), p. 12-20, 1997.
- Eisler, L., & Spink, K. S. (1998). Effects of scoring configuration and task cohesion on the perception of psychological momentum. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20(3).
- Escola Superior de Propaganda e Marketing. (2022). *Como cuidado psicológico sugerido por Ronaldo a Neymar poderia ser treinado para ajudar o Brasil até em pênaltis na Copa*. ESPN Brasil. https://www.espn.com.br/futebol/copa-do-mundo/artigo/_/id/11370570/como-cuidado-psicologico-sugerido-por-ronaldo-a-neymar-poderia-ser-treinado-para-ajudar-o-brasil-ate-em-penaltis-na-copa.
- Feige, K. (1977). *The development of sport psychology: a synopsis of its research, application and organization in different countries*. Bundesinstitut für Sportwissenschaft.
- Ferrazza, D. A. (2016). Psicologia e políticas públicas: desafios para superação de práticas normativas. *Polis Psique*, 6(3), 36-58. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2238-152X2016000300004
- Freitas, S. G. (1993). Racionalização e discriminação no esporte moderno. In: *Anais do Simpósio Esporte: Dimensões Sociológicas e Políticas*. São Paulo: Banespa. Recuperado de <https://www.eca.usp.br/acervo/acervo-local/producao-academica/000855424.pdf>.
- Galatti, L. R. (2017). AFEs desenvolvimento humano e esporte de alto rendimento. In: *Movimento é vida: Atividades Físicas e Esportivas para todas as pessoas. Relatório Nacional de Desenvolvimento Humano do Brasil*, 1-50. PNUD.
- Giulianotti, R. (2012). Football. In: *The Wiley-Blackwell Encyclopedia Of Globalization*. John Wiley & Sons. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9780470670590.wbeog213>
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., Medbery, R., & Peterson, K. (1999). Factors affecting Olympic performance: Perceptions of athletes and coaches from more and less successful teams. *The Sport Psychologist*, 13(4), 371-394.
- Guareschi, P., & Biz, O. (2005). *Mídia, Educação e Cidadania*. Vozes.
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., Mackinnon, A., Batterham, P. J., & Stanimirovic, R. (2015). The mental health of Australian elite athletes. *Journal of science and medicine in sport*, 18(3), 255-261.
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2012). Barriers and facilitators to mental health help-seeking for young elite athletes: a qualitative study. *BMC psychiatry*, 12, 1-14.
- Helal, R. (2003). A construção de narrativas de idolatria no futebol brasileiro. *Revista Alceu*, 4(7), 19-36, jul./dez.
- Helal, R. (1990). *O que é sociologia do esporte*. Brasiliense.
- Hernandez, J. A. E., & Moraes Gomes, M. (2002). Coesão grupal, ansiedade pré-competitiva e o resultado dos jogos em equipes de futsal. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 24(1).
- Kornspan, A. S. (2012). History of sport and performance psychology. In: Murphy, S. M. *The Oxford handbook of sport and performance psychology* (pp.3-23). Oxford University Press.
- Lewin, K., & Lewin, G. W. (1973). *Problemas de dinâmica de grupo*. Cultrix.
- López-Ibor, A., Juan, J., Ortiz, A. T., López-Ibor, A., & María I. (1999). *Lecciones de psicología médica*. Masson.
- Margis, R., Picon, P., Cosner, A. F., & Silveira, R. O. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 25(1), 15-22, 2003. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082003000400008>.
- Melo, D. J. L. (2015). *A produção social da identidade étnico-racial e o "lugar" do Negro no Brasil: Entre construções e desconstruções* [manuscrito não-publicado]. Universidade Federal do Maranhão.
- Câmara Nery, M. A. da. (2003). *Grupos esportivos de handebol: Um estudo sobre a intersubjetividade* [Dissertação de mestrado, Universidade de São Paulo]. Repositório da Produção USP. <https://repositorio.usp.br/item/001328602>.
- Newman, H. J.H., Howells, K. L., & Fletcher, D. (2016). The dark side of top level sport: an autobiographic study of depressive experiences in elite sport performers. *Frontiers in psychology*, 7, 868.
- Pizzani, L., Silva, R. C., Bello, S. F., H, M. C. P. I. (2012). A arte da pesquisa bibliográfica na busca do conhecimento. *RDBCI: Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação*, 10(2), 53-66.
- Prado, A. L., & Bressan, R. A. (2016). O estigma da mente: transformando o medo em conhecimento. *Revista Psicopedagogia*, 33(100), 103-109.
- Reardon, C. L., Hainline, B., Aron, C. M., Baron, D., Baum, A. L., Bindra, A., Budgett, R., Campriani, N., Castaldelli-Maia, J. M., Currie, A., Derevensky, J. L., Glick, I. D., Gorczynski, P., Gouttebauge, V., Grandner, M. A., Han, D. H., McDuff, D., Mountjoy, M., Polat, A., Purcell, R., Putukian, M., Rice, S., Sills, A., Stull, T., Swartz, L., Zhu, L. J., & Engebretsen, L. (2019). Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 667-699. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100715>
- Rice, S. M., Purcell, R., Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The mental health of elite athletes: a narrative systematic review. *Sports Medicine*, 46(9), 1333-1353. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0492-2>.
- Richardson, R. J. (1999). *Pesquisa social: métodos e técnicas*. Atlas.
- Rocha, E. S. F. da. (2022). *Motivação de atletas e técnicos de atletismo da Universidade Federal da Paraíba em tempos de pandemia de Covid-19* [Trabalho de conclusão de curso, Universidade Federal da Paraíba]. Repositório Institucional da UFPB. <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/27288>.
- Rubio, K. (2008). Esporte e juventude: privilégio ou direito? De todos ou dos habilitados? In: Espindula, B. (Org.). *Políticas de esporte para a juventude: contribuições para o debate*. Centro de Estudos e Memória da Juventude: Instituto Pensarte.
- Rubio, K. (2002). O trabalho do atleta e a produção do espetáculo esportivo. *Scripta Nova: Revista Electrónica de Geografía y Ciencias Sociales*, 6(95).
- Simões, A. Carlos., & De Rose Junior, Dante. (1999). Psicossociologia aplicada ao esporte: contribuição para a sua compreensão. *Revista Paulista de Educação Física*, 13, 88-97.
- Smith, A. M., & Milliner, E. K. (1994). Injured athletes and the risk of suicide. *Journal of athletic training*, 29(4), 337.
- Stefanello, J. M. F. (2007). Situações de estresse no vôlei de praia de alto rendimento: um estudo de caso com uma dupla olímpica. *Revista Portuguesa de Ciência do Desporto*, 7(2), 232-244.
- Triplet, N. (1898). The dynamogenic factors in pacemaking and competition. *The American Journal of psychology*, 9(4), 507-533.
- Vealey, R. S. (2005). Coaching for the inner edge. *Fitness Information Technology*.
- Venzon, H. (1998). *Futebol interativo*. Mercado Aberto.
- Waddington, I., Loland, S., & Skirstad, B. (2006). Introduction: Pain and injury in sport. *Pain and Injury in Sport*, p. 1-11. Routledge.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2017). *Fundamentos da psicologia do esporte do exercício*. (6a ed.) Artmed.
- Wolain, A., Gross, M., & Hong, E. (2015). Depression in athletes: prevalence and risk factors. *Current sports medicine reports*, 14(1), 56-60.
- World Health Organization (2017). *Depression and other common mental disorders: global health estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates>