



SAÚDE MENTAL DOS JOGADORES DE FUTEBOL

André Luis Dalzotto Santos¹
Andreina Graziela Pereira²
Sandra Mara Dias Pedroso³

A finalidade desta pesquisa é discorrer sobre a saúde mental dos jogadores de futebol e sua influência nos aspectos técnicos, táticos, físicos e psicológicos. O alto rendimento está ligado, ou associado, à aptidão física no esporte e refere-se à otimização dos recursos corporais e técnicos. O problema de pesquisa pensado para este estudo foi quais os impactos sofridos na saúde mental dos atletas de alto rendimento diante das atividades que desempenham em suas rotinas? Ser um jogador que representa milhares de pessoas, implica em uma pressão psicológica muito grande e quando não cuidada corretamente pode desencadear em problemas futuros. Assim, esta pesquisa tem como objetivo geral compreender a importância da saúde mental dos jogadores de futebol. A pesquisa caracteriza-se como qualitativa e a metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfica, elaborada a partir de material já publicado. Pretende-se ainda trazer uma contribuição teórica e visibilidade para a discussão acerca da saúde mental dos jogadores de futebol brasileiros. Observa-se até então que os atletas de alto rendimento sofrem com a pressão psicológica advinda da profissão. O atleta de alto rendimento é aquele que pratica o esporte com o objetivo de competir e que faz do esporte seu meio de vida. Esses atletas fazem parte de um meio altamente competitivo, que exige um melhor desempenho em busca de vitórias. A assistência emocional para esses atletas é necessária para sua qualidade de vida, pois para um atleta de alto rendimento é muito difícil se manter longe de estressores. As cobranças para com os atletas podem vir do técnico, da torcida, familiares, dos próprios atletas e colegas de equipe. Diante do exposto, o papel do psicólogo nessa área, tem como foco principal o desenvolvimento da autoconfiança, autoavaliação positiva, autoconsciência, inteligência emocional, entre muitas outras técnicas que visam o gerenciamento de emoções e o objetivo de potencializar os ganhos da equipe e do atleta. Enfim, a atuação do psicólogo do esporte junto a esses atletas tende a ser positiva e ainda contribuir para a realização de melhorias significativas em seu desempenho.

Palavras-chave: Saúde Mental. Alto Rendimento. Futebol.

¹ Acadêmico do 8º período do curso de Psicologia, Instituição de Ensino Superior Sant' Ana, andreluisdalzotto@hotmail.com.

² Acadêmica do 8º período do curso de Psicologia, Instituição de Ensino Superior Sant' Ana, pereiragrazielaandreina3@gmail.com.

³ Docente do Curso de Psicologia, Instituição de Ensino Superior Sant' Ana, prof.sandra@iessa.edu.br