

PSICOLOGIA DO ESPORTE

SEM CUIDADO NÃO TEM VITÓRIA

Em defesa da saúde mental e do desenvolvimento integral e permanente de atletas e instituições de prática esportiva brasileiras, o Conselho Federal de Psicologia (CFP) apresenta dez razões para a aprovação do PL 7683/2017, que busca instituir a oferta de assistência psicológica a atletas profissionais entre os deveres das instituições empregadoras.



Conselho
Federal de
Psicologia

1. VALORIZAÇÃO DO ESPORTE COMO AGENTE SOCIAL E FORMATIVO

O esporte profissional forma identidades, influencia comportamentos e projeta exemplos para a sociedade. A Psicologia contribui para promover empatia, ética, respeito e cooperação. Dessa forma, **a(o) psicóloga(o) atua na construção de um esporte mais humanizado, consciente e alinhado aos valores sociais**, bem como na formação de pessoas que levarão tais valores para outras esferas da vida.

2. GARANTIA DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL NO ESPORTE DE ALTO RENDIMENTO

O ambiente de alto rendimento é marcado por pressão extrema, riscos emocionais e períodos críticos (seleções, lesões, classificatórias e aposentadoria). **A assistência psicológica contínua favorece a prevenção de crises, resiliência e adaptação às exigências competitivas**. Isso protege a performance, a saúde mental e a vida pessoal dos atletas.

3. RESPONSABILIZAÇÃO DAS INSTITUIÇÕES FORMADORAS E EMPREGADORAS

A Lei Pelé¹ obriga instituições formadoras a oferecer suporte psicológico, dentre outras obrigações. Contudo, **entidades empregadoras, que acompanham atletas na fase adulta e de alto rendimento, não são obrigadas a garantir tal suporte. Essa lacuna deve ser corrigida**, pois o impacto da saúde mental permanece na vida dos atletas.

4. POTENCIAL DE OTIMIZAÇÃO DE RECURSOS FINANCEIROS

Associados a fatores psicológicos sem acompanhamento integral, fenômenos como o *overtraining* (perda de rendimento por treinamento exagerado), podem resultar na redução da energia e aumento dos custos de assistência e reabilitação em saúde, em razão de danos temporários e permanentes. Nesse sentido, **a assistência psicológica continuada otimiza recursos financeiros investidos na saúde de atletas e equipes, principalmente, por serem práticas preventivas que colaboram na prevenção de danos permanentes e na análise e gerenciamento de efeitos**.

¹ Lei n. 9.615/1998.

5. ASSISTÊNCIA PSICOLÓGICA CONTINUADA COMO QUALIFICAÇÃO DA RELAÇÃO ENTRE ESPORTE E SAÚDE

A relação esporte/saúde transcende os benefícios da atividade física. Para atletas profissionais, o **cuidado integral em saúde (inclusive a mental) é determinante para o rendimento**. Considerando os fatores que ampliam os níveis de estresse, técnicas pontuais de motivação e concentração (frequentemente utilizadas por profissionais não especializados) podem gerar efeitos temporários. **A falta de acompanhamento psicológico contínuo expõe atletas a rupturas prejudiciais**. Já a presença da(o) psicóloga(o) na equipe permite **diagnósticos integrados e intervenções a curto, médio e longo prazos, com foco no bem-estar, performance e desenvolvimento global de atletas**. Prevenção ao *doping*, suporte na transição de carreira, educação continuada e adaptação psicossocial constituem a abordagem que compreende o esporte na perspectiva biopsicossocial, potencializando o **desenvolvimento saudável e sustentável de atletas, equipes e instituições**.

6. RECONHECIMENTO DA PSICOLOGIA DO ESPORTE COMO ESPECIALIDADE PROFISSIONAL

A Psicologia do Esporte é uma das especialidades profissionais da Psicologia², o que assegura **critérios baseados em formação e experiência específicas na área**. A produção científica no campo tem avançado significativamente, o que garante **atuação fundamentada em evidências científicas, com métodos específicos para contextos esportivos**. Isso reforça a necessidade de que psicólogas(os) façam parte das equipes multiprofissionais no esporte.

7. VARIEDADE DA ASSISTÊNCIA PSICOLÓGICA NO ESPORTE

A Psicologia do Esporte se aplica a todas as modalidades e fases da prática esportiva: da iniciação ao alto rendimento. As intervenções vão além da performance e abrangem fatores emocionais, culturais, sociais e éticos, e se articulam com profissionais de diversas áreas do desenvolvimento técnico e tático. **Avaliações psicológicas, intervenções individuais e grupais, psicodiagnóstico, treinamento mental, orientação de carreira, mediação de conflitos e fortalecimento das relações interpessoais são práticas fundamentais que favorecem a performance individual de atletas e contribuem com toda a estrutura esportiva**.

8. DESENVOLVIMENTO DO ESPORTE BRASILEIRO

O esporte é dinâmico, com crescentes dimensões econômicas, políticas e culturais. Por isso, **o planejamento esportivo é essencial para garantir a qualidade e a suficiência dos serviços prestados, incluindo o investimento no desenvolvimento das pessoas envolvidas na atividade.** Segundo dados do TCU³, o Brasil está entre os que mais investem proporcionalmente em esporte na América Latina. **Garantir a assistência psicológica a atletas profissionais é um passo necessário para alinhar o Brasil aos padrões de excelência internacional e fomentar o desenvolvimento integral do esporte.**

9. ATUAÇÃO NA REABILITAÇÃO ESPORTIVA

Lesões não são apenas físicas. Há um importante componente psicológico tanto na predisposição quanto na recuperação. Estudos indicam que nível de estresse, histórico de ansiedade/depressão, motivação, personalidade e suporte social influenciam diretamente a reabilitação. **Psicólogas(os) do esporte atuam na superação de traumas, fobias e bloqueios, promovendo a retomada segura e confiante à prática esportiva⁴.**

10. ENFRENTAMENTO ÀS VIOLÊNCIAS E DESIGUALDADES NOS CONTEXTOS ESPORTIVOS

Como dever do Estado previsto na Constituição⁵, o fomento às práticas desportivas tem se dado por meio de políticas públicas que buscam garantir às pessoas o acesso a esse direito. No entanto, ainda há barreiras de acesso e permanência, sobretudo para mulheres, pessoas com deficiência, pessoas negras, populações indígenas, LGBTQIA+ e pessoas em vulnerabilidade social. Quando esse acesso ocorre, assédio, racismo, homofobia e outras violências se fazem presentes. **Psicólogas(os) desenvolvem intervenções de prevenção, acolhimento e educação, e auxiliam a transformar ambientes esportivos em espaços mais inclusivos, seguros e equitativos.**

3 Relatório Sistêmico de Fiscalização da Função Desporto e Lazer - FiscEsporte, 2016.

4 Nunes et al., 2010.

5 Constituição da República Federativa do Brasil.