



VI ENNEPE

ENCONTRO NORTE-NORDESTE DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

SAÚDE MENTAL EM ATLETAS DE ELITE BRASILEIROS

Alexandre Conttato Colagrai ^{1,2}

Paula Teixeira Fernandes ^{1,2}

1 Unicamp (Universidade Estadual de Campinas)

2 GEPEN (Grupo de Estudos em Psicologia do Esporte e Neurociências)

Introdução: A saúde mental de atletas de alto rendimento impacta diretamente no desempenho esportivo, e pesquisas sobre o tema, especialmente na América do Sul, Brasil, são necessários. **Objetivo:** Identificar como está a saúde mental de atletas de alto rendimento em modalidades olímpicas, coletivas e individuais, no Brasil. **Método:** Realizamos uma pesquisa transversal com atletas de alto rendimento acima de 18 anos, de nível, estadual, nacional e internacional de modalidades olímpicas coletivas e individuais. Utilizamos instrumentos de rastreio de sintomas de transtornos mentais como: PHQ-9 = Questionário de Saúde do Paciente-9, GAD-7 = Transtorno de Ansiedade Generalizada-7, MHC = Escala de Saúde Mental Positiva, e questões sobre abuso sexual, suicídio, distúrbios do sono, abuso de álcool, e também instrumentos de análise para fatores protetivos como: SMS = Escala de Motivação Esportiva, SRS = Escala de Resiliência Esportiva, RSS = Escala de Autoestima de Rosenberg, CFQ = Questionário de Avaliação do Estresse e Estratégias de Enfrentamento, SPS = Escala de Paixão pelo Esporte através de um questionário online no formato *Google Forms*. **Resultados:** participaram 148 atletas, de modalidades coletivas (68%) e individuais (32%), sendo a maioria homens (61%), com até 20 anos de experiência (88%), competindo em nível nacional e internacional (68%). Foram encontrados sintomas de depressão sendo: (3%) graves; (7%) moderadas, (22%) leves e (65%) muito leves; para ansiedade foram: (5%) severa, (16%) moderadas, (45%) baixas e (33%) mínimas. Sobre outros transtornos, 43% declararam nunca ter usado álcool e maconha; 8% apresentaram problemas com sono e tomam remédio para dormir, 24% pensaram em cometer suicídio, e destes 6% tentaram, e o abuso sexual foi relatado por 14% dos atletas, independentemente de ter ocorrido no meio esportivo ou não. Observamos correlação direta inversamente proporcional entre motivação, resiliência, estratégias de *coping*, com transtornos mentais, especialmente depressão e ansiedade. **Conclusão:** o estudo objetivou avaliar a saúde mental de atletas de alto rendimento no Brasil, e os resultados apresentaram valores, especialmente nas questões e instrumentos referente ao rastreio de sintomas de transtornos mentais, semelhantes aos de atletas de países Europeus, Austrália, Canadá, e EUA. Os valores de ideação e tentativa de suicídio, assim como abuso sexual, são elevados quando comparados a população em geral brasileira, e semelhante aos dados encontrados em atletas de outros países, considerando que, informações sobre suicídio e abuso podem ser



VI ENNEPE

ENCONTRO NORTE-NORDESTE DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

subnotificadas, os valores encontrados podem ser ainda maiores. O Brasil é um país que priorizar investimentos no esporte de elite, porém não investe na saúde mental de atletas.

Palavras Chave: *Coping*. Resiliência. Motivação. Ansiedade. Depressão.

Eixo: Prática Esportiva: da iniciação ao alto rendimento.