

## RESUMO - PESQUISA

### **SAÚDE E TRANSTORNO MENTAL EM ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO: UMA REVISÃO DE LITERATURA.**

*Raphaella Montenegro (raphaamontenegroo@gmail.com)*

*Fabricio Eduardo Gurjao Diogenes (fdiogenes01@gmail.com)*

*Anna Lívia Arruda Nogueira (annalivili@hotmail.com)*

*Luis Eduardo Aguiar Ponte (luiseduardo220103@gmail.com)*

*Sofia Maria Cunha De Carvalho (sofiamccarvalho1228@gmail.com)*

*Ana Lyandra Loiola Pinto (lycaloiola13@hotmail.com)*

*Thiago De Alencar Santana Freitas (asfthiago15@gmail.com)*

*Janilson Alcantara Barros (janilsonbarros94@gmail.com)*

*Gabriel Quadros Ximenes (gabrielxima681@gmail.com)*

*Fernando Luiz Oliveira De Araújo (prof.fernandoluiz@uninta.edu.br)*

Introdução: A prática de exercícios físicos encontra-se diariamente disseminada com ideal de saúde e bem estar, contudo, a prática exacerbada desses exercícios atrelada com a pressão psicológica em atletas de alta performance, torna-se fator atenuante para o aumento no número de transtornos mentais nos praticantes dessas atividades. Fatores como a falta de uma rede de apoio, à pressão interna e externa para alcançar resultados, o uso de substâncias para melhorar o desempenho, lesões e problemas mentais progressos e histórico familiar do indivíduo, leva a níveis de estresse extremo relacionado ao esporte.

Nesse contexto, transtornos mentais como ansiedade, depressão, abuso de álcool e drogas, distúrbios alimentares e tentativas de suicídio são paradigmas atenuantes e muito estigmatizados na vida desportiva. Objetivos: Reconhecer os transtornos mentais como fatores alarmantes prejudiciais à saúde do atleta ao se tratar das pressões internas e externas para alcançar melhores resultados em busca do constante alto rendimento. Metodologia: Esse é um estudo de revisão bibliográfica por meio do qual foram pesquisados artigos científicos na base de dados SCIELO e BIREME, a partir da utilização das palavras-chave: "Esporte", "Saúde Mental" e "Atletas". O critério de escolha dos artigos selecionados considerou a maior adequação da pesquisa ao objeto de estudo, assim como considerou os artigos escritos em língua inglesa e portuguesa, completos e publicados nos últimos 5 anos. Ao fim, foram selecionados 8 artigos que subsidiaram esse estudo. Resultados e discussão: Como resultado, quando se pretende compreender a saúde mental de atletas de alto rendimento, distúrbios como transtornos depressivos, transtornos de ansiedade, transtornos alimentares e abuso de álcool e drogas apresentam altos índices de incidência por se tratar de, na maioria das vezes, ser uma forma de avaliar tais sentimentos opressores exercidas pela sociedade, equipe treinadora ou até familiares. Nessa perspectiva, tendo enfoque ao tema de maior taxa de recorrência, a depressão e ansiedade no esportista é desenvolvida por fatores como a exposição pública do desempenho do atleta, o medo do fracasso, de sofrer graves lesões e estresse com rescisões de contratos, estas, tornam-se incertezas recorrentes capazes de gerar respostas prejudiciais à vida do desportiva. Sob enfoque nessas doenças, na maioria das vezes passa despercebido a necessidade de uma equipe que ajuda o profissional não só no auxílio técnico, mas também psicológico e sentimental, a fim de prevenir ou diminuir quaisquer prejuízos advindos da prática exaustiva. Portanto, ao serem observados fatores de suma importância como os citados anteriormente, tornam-se imprescindíveis e valiosos os estudos que prezam pela preocupação com a saúde não só física como psicológica do atuante. Conclusão: Conclui-se que a preocupação com a saúde mental do profissional de alto rendimento é de suma importância no que preze seu bem estar geral, a fim de que possa realizar suas atividades de forma saudável e produtiva. O conhecimento do assunto torna-se fundamental, pois se trata da conscientização do mesmo, tanto por ajudar a prevenir tais doenças, tanto no reconhecimento das mesmas caso chegue a acontecer em algum ciclo da jornada do atleta para que seja possível a realização do tratamento da forma

correta e sem trazer maiores futuros prejuízos em sua vida particular e profissional.

Palavras-chave: esporte; saúde mental; atletas.