



XII SEMANA CIENTÍFICA UNILASALLE – SEFIC 2016  
Canoas, RS – 17 a 21 de outubro de 2016

PAINEL DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

## O ENFRENTAMENTO DO TÉRMINO DE CARREIRA E APOSENTADORIA DE ATLETAS

Thaís Medeiros, Andrea Rapoport (orientador)  
Unilasalle

**Área Temática:** Ciências Médicas e da Saúde

**Resumo:** INTRODUÇÃO: O término forçado da carreira ou aposentaria geralmente é enfrentado com grande dificuldade, especialmente para os atletas de alto rendimento, pois não é apenas sair de sua profissão, mas sim de todos os holofotes, da fama, da torcida, dos treinos e da mídia, ser esquecido com o tempo. OBJETIVO: Conhecer como é vivenciado o término forçado da carreira ou aposentaria esportiva por atletas. METODOLOGIA: Foi realizada pesquisa bibliográfica e entrevista com uma psicóloga do esporte que atua nesta área. RESULTADOS: A partir da entrevista constatou-se que o término de carreira para o atleta é visto com grande dificuldade de enfrentamento, ainda mais quando este não recebeu a preparação para este momento de sua vida. Mesmo nas categorias que tem na equipe uma psicóloga há resistência dos atletas em procurá-la para buscar ajuda quando necessitam. A idade para a aposentadoria é relativa. No caso do futebol um atleta de 30 anos já começa a ser considerado velho, mas a aposentaria pode ser antecipada em alguns casos em decorrência de lesões interrompendo a carreira. Alguns atletas buscam continuar nesse meio se tornando técnicos ou praticando esporte amador. O término de carreira é visto pelos atletas como uma fase da vida desencadeadora da sensação de inutilidade, o que pode ser devastador se este sujeito não tiver um suporte emocional que o ampare. Nesse sentido, a família tem grande importância nesse momento, assim como o apoio dos fãs e o bom relacionamento entre o atleta e técnico. Alguns atletas que não estão preparados para o enfrentamento término de carreira comem compulsivamente como um mecanismo de fuga e acabam ganhando muito peso, podendo levar também à depressão, ao uso de fármacos, drogas, álcool e à dificuldade para administrar o patrimônio que foi conquistado ao longo da carreira, chegando a enfrentar dificuldades financeiras. CONCLUSÃO: Este processo de aposentadoria pode se tornar mais fácil quando a equipe recebe o suporte do psicólogo do esporte, que poderá ajudá-los a desenvolverem estratégias de enfrentamento para lidarem com esta fase, amenizando o sofrimento psíquico e as consequências negativas para suas vidas. Entretanto, é fundamental que os atletas compreendam como este profissional poderá ajudá-lo para que aceite e busque esta intervenção.

**Palavras-Chave:** aposentadoria esportiva; psicologia do esporte; atleta em fim de carreira