

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica
ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

REALIDADE DE ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO DURANTE A EPIDEMIA DE COVID-19¹

REALITY OF HIGH-PERFORMANCE ATHLETES DURING THE COVID-19 EPIDEMIC

**João Schmidt Corso², Felipe Wornath³, Rodrigo Rafael da Silva Rodrigues⁴, Fabiana Diniz
Kurtz da Silva⁵**

¹ Projeto de Pesquisa realizado na disciplina de Pesquisa como Princípio Formativo, durante o 1º semestre de 2020, ofertada pelo curso de Educação Física da UNIJUÍ

² Aluno do Curso de Educação Física - Bacharelado da UNIJUÍ, joao.corso@yahoo.com.br

³ Aluno do Curso de Educação Física - Bacharelado da UNIJUÍ, lipe_wornath@hotmail.com

⁴ Aluno do Curso de Educação Física - Licenciatura da UNIJUÍ, rodrigorafaelijui@gmail.com

⁵ Professora Doutora do Departamento de Humanidades e Educação, Membro do Grupo de Pesquisa (GrPesq/CNPq): "Mongaba: educação, linguagens e tecnologia", fabiana.k@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

O início do ano de 2020 ficou marcado pelo alastramento do surto de COVID-19 a nível mundial. Esta doença infecciosa possui alto grau de contágio e provém do Coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2), descoberto no ano de 2019. Coronavírus é uma família de vírus, que provocam infecções e complicações respiratórias (BRASIL, 2020).

Com a constante transmissão do vírus e o alastramento por todo o mundo, o surto inicial acabou se tornando uma pandemia, oficializada no dia 11 de março de 2020 pela Organização Mundial da Saúde. Por isso, a medida adotada pela maioria dos países foi o “distanciamento social”, estratégia que veta a possibilidade de aglomerações. Consequentemente, eventos, festas, apresentações, escolas, cinemas, teatros, shoppings, academias e eventos esportivos, entre outros passam a ser proibidos. Conjuntamente, também recomenda-se que os cidadãos permaneçam o máximo possível em suas residências, para evitar novos contágios da doença (RAIOL, 2020). Esta estratégia, mesmo que considerada radical, é extremamente necessária para diminuir os contágios e alastramento de COVID-19. No entanto, esta nova rotina de isolamento tende a gerar grandes impactos na população em geral, implicando em fatores sociais, psicológicos, físicos. Estes três fatores estão diretamente atrelados à saúde.

O entendimento sobre saúde, assim como a humanidade em geral, sofreu diversas mudanças ao longo do tempo. Dentre as diferentes concepções, já foi atrelado à saúde, desde crenças místicas, até um entendimento de caráter biomédico (que relaciona o sujeito saudável apenas com a ausência de doenças). Atualmente, o entendimento de um modo geral, sobre saúde, tem um sentido mais ampliado, que não se resume apenas em aspectos biológicos, mas em também parâmetros psicológicos e sociais (FARINATTI & FERREIRA, 2006).

Neste sentido, os atletas de alto rendimento necessitam redobrar seus cuidados em relação à saúde e condicionamento corporal/psíquico, pois sua ferramenta de trabalho e seu diferencial vêm exclusivamente do seu próprio corpo/mente (VIANA & MEZZAROBÀ, 2013). Com a atual ocorrência da epidemia mundial de COVID-19 e consequente quarentena, estes atletas tendem a sofrer grandes impactos, pois precisarão se enquadrar na situação de isolamento social, quebra da extensa rotina de treinos, ao mesmo tempo em que buscam manter seu condicionamento físico/psíquico e lidam com incertezas de emprego, família e perspectivas para o futuro.

Enfim, compreendemos que, por ser uma epidemia atual e ainda muito presente na população

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

mundial, é importante compreender, através de um estudo de caso e sem filtros midiáticos, a situação real de atletas brasileiros que atuam/residem fora do Brasil (países de Europa e América Central), no período da pandemia, em 2020, até o momento da realização desta pesquisa (maio de 2020). Deste modo, a compreensão dos impactos e problemas gerados por este tipo de situação, viabilizarão posteriores soluções e um maior preparo, caso um evento deste porte ocorra novamente. A partir destas considerações, o objetivo deste estudo é analisar a realidade de atletas brasileiros que atuam fora do Brasil em times e futsal/futebol, durante a pandemia de COVID-19.

Palavras-chave: Jogador; Coronavírus; Esporte.

Keywords: Player; Coronavirus; Sport.

METODOLOGIA

Para esta pesquisa, desenvolvemos uma entrevista semiestruturada, com abordagem qualitativa, visando o depoimento de 5 (cinco) atletas, com carreiras já consolidadas no esporte, mas sem um grande enfoque midiático. Neste sentido, através de questões abertas sobre os assuntos problematizados, coletamos relatos exclusivos e sem o filtro de mídias, emissoras e redes sociais, onde a identificação pessoal dos entrevistados foi preservada (por isso, os identificamos como Atleta 1, Atleta 2, Atleta 3, Atleta 4 e Atleta 5).

Os entrevistados possuíam os seguintes perfis: O Atleta 1, do sexo feminino, tinha 37 anos de idade e atuava como pivô em um clube de futsal da Itália; o Atleta 2, do sexo masculino, tinha 26 anos de idade e atuava como pivô em um clube de futsal da Espanha; o Atleta 3, do sexo masculino, tinha 27 anos e atuava como goleiro em um clube de futsal da Itália; o Atleta 4, do sexo masculino, tinha 23 anos e atuava como lateral esquerdo em um clube de futebol da Polônia; o Atleta 5, do sexo masculino, tinha 34 anos e atuava como zagueiro em um clube de futebol do México.

Esta entrevista foi elaborada a partir dos objetivos da pesquisa e enviada via E-mail aos 5 (cinco) atletas, que responderam e reenviaram em formato de vídeo. A partir disso, assistimos as gravações, transcrevemos as respostas em forma de texto e as analisamos para posteriores discussões e reflexões apresentadas neste estudo. A coleta dos dados foi realizada no mês de maio do ano de 2020, em meio aos eventos da pandemia.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das respostas disponibilizadas pelos entrevistados, foi possível analisar realidades com suas diferenças, mas que foram igualmente afetadas pela atual pandemia de COVID-19. Neste sentido identificamos que esta situação gerou grandes impactos em suas vidas, exigindo novas adaptações e cuidados que precisaram ser adquiridos para lidarem, da melhor forma, com o período turbulento que todos passaram.

Através dos depoimentos iniciais que explanam as situações gerais de cada atleta, ficaram evidentes e passíveis de análise, algumas características comuns na vida de atleta, que acabaram se intensificando com a epidemia. São elas: dificuldade das federações em manter campeonatos em situações de crise (caso da Atleta 1 e do Atleta 3); lesões (caso do atleta 4); ou até dificuldades dos clubes em manter o elenco completo, o que resulta em demissões e incertezas por parte dos atletas (caso do Atleta 5). Estas questões serão mais aprofundadas ao decorrer das análises, porém já auxiliam na reflexão de que, o esporte de alto rendimento funciona como as demais profissões comuns. Em períodos de crise, como esse, os profissionais com cargos mais altos (jogadores/esportes de ponta) tendem a sofrer poucos impactos, porém as demais classes de atletas tendem a passar por grandes problemas e precisam lidar com diversas dificuldades, igual em outras profissões (em suas

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

devidas proporções).

No que se refere as principais dificuldades enfrentadas pelos entrevistados durante o período de pandemia, os relatos envolveram questões físicas, psíquicas e sociais que, como foi abordado no referencial teórico, implicam diretamente na saúde destes atletas. A principal questão que todos os atletas citaram e que envolve diretamente a profissão/estilo de vida que eles levam, foi a dificuldade de adaptarem e realizarem seus treinamentos em casa, afim de manterem o condicionamento físico. Isto se deve ao fato de que, em casa, estes atletas não possuem a estrutura e equipamentos que uma academia ou um clube oferece, além de que a supervisão e orientação online não supre totalmente a necessidade da presença física de um supervisor/orientador.

Deste modo, compreendemos que os treinos em casa tendem a ser mais leves, sem tanta cobrança, diminuindo o ritmo e a disciplina no treinamento, além de ocorrerem possíveis execuções inadequadas de movimentos ou exercícios, recorrentes da falta de supervisão adequada. Assim, analisamos que estes fatores, mais a quebra da rotina de treinos, pelo longo período de reclusão, podem ser uma das causas para a posterior lesão que o Atleta 4 relatou ter sofrido. Pois ao voltar aos treinos e jogos rapidamente, o corpo do atleta precisou ser estimulado ao máximo novamente em um curto período de tempo, o que acabou sobrecarregando sua musculatura e gerando complicações musculares, mais especificamente na parte posterior da coxa. Este caso é comum na vida de atleta, porém, lesão pode ser sinônimo de longos períodos de recuperação, perda de espaço na equipe, desvalorização do atleta, dores crônicas ou até futuras complicações mais graves.

A quebra de rotina, citada anteriormente, tem forte relação com as posteriores respostas sobre as principais dificuldades dos entrevistados. Pois envolvem justamente a mudança repentina de rotina e a nova realidade que conseqüente da pandemia que precisaram encarar. Isso implicou em lidar com frustrações, adaptações e mudanças. Estas situações acabam tendo grande influência na saúde psíquica destes sujeitos, além da situação de estar longe dos familiares, relatada pela maioria deles. Para um atleta de alto rendimento, a rotina é algo muito importante, que está relacionada não somente a hábitos físicos, mas a hábitos psíquicos como foco nos objetivos, disciplina alimentar e nos treinamentos, além de hábitos sociais como treinos e trabalhos em grupo, viagens e rotina de jogos, dentre outros. Quando esta rotina é rompida e é atrelada a novos hábitos como isolamento social e treinos em casa, o atleta naturalmente tende a sofrer desconforto com estas mudanças, ainda mais em um período de medos e incertezas.

Os clubes dos 5 entrevistados, no geral adotaram medidas iniciais parecidas, cessaram os treinos conforme o decreto de isolamento social de seus países e prescreveram treinamentos para que seus atletas os realizassem em suas casas, afim de manterem o condicionamento físico mesmo em condições desfavoráveis e não regredirem tanto na forma física. Além dessas questões, sobre as competições, cada clube seguiu as orientações das federações e organizadores dos campeonatos, que agiram conforme as condições de saúde pública e conseqüentes decretos de cada país.

Perante estas situações, compreendemos que os clubes estão lidando com os problemas como podem e as federações tomando decisões conforme os decretos nacionais. Porém, a pandemia de COVID-19 afetou (e ainda afetará) a economia em todas as áreas e, no meio futebolístico não foi diferente, está passando (e ainda passará) por muitos problemas. Desta forma, a tendência é a diminuição de patrocinadores, reajustes salariais nos clubes, endividamentos com empresas ou jogadores e até a demissão de alguns atletas no intuito de “enxugar” o elenco, como foi o caso do Atleta 5.

Neste sentido, crises como esta, geram grandes problemas financeiros em empresas, muitas vezes patrocinadoras de clubes, que acabarão passando pelos mesmos problemas. Para as poucas equipes que possuem condições e fortes patrocínios, não muda praticamente nada, porque continuarão investindo e buscando contratações do mesmo jeito que antes. Porém, vale lembrar que grande parte

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

dos times de futsal e futebol não possuem um presidente, dono ou patrocínio “máster” de uma empresa que tem condições de bancar o clube nestas dificuldades, assim, sofrerão grandes mudanças e perdas por conta deste período de crise.

Todos os problemas abordados até então, geram grandes implicações na saúde destes atletas, tanto em âmbito físico, como social e psíquico. Desta forma, buscamos investigar como eles estão agindo para manter o seu corpo e mente saudáveis neste período tão difícil. Assim, os atletas relataram como estão lidando com sua saúde nesta situação. No geral, todos inicialmente explicaram que tiveram perdas físicas por conta de uma rotina mais sedentária, porém também deram ênfase em outros fatores.

A partir destes depoimentos e dos demais relatos já abordados, foi possível compreendermos o quão esta epidemia pode ser maléfica para a saúde dos indivíduos, mesmo que indiretamente. No caso dos atletas, mesmo que, realizando seus treinos adaptados em casa como demonstraram, podemos analisar a tendência a problemas físicos como perda de massa muscular e ganho de massa adiposa por conta do período de isolamento, o que interfere no condicionamento físico que foi, inclusive, relatado por todos os atletas. Outro fator físico é a ocorrência de lesões na volta repentina da rotina de treinos e jogos, que foi o caso do atleta 4. No entanto, com a memória muscular que estes atletas possuem, se voltarem aos poucos, de maneira correta, a tendência é que, em pouco tempo seu condicionamento físico seja recuperado.

Analisando o âmbito social, primeiramente os entrevistados relataram que tiveram um grande impacto e sofreram bastante com o fato de estarem isolados em suas casas, como é o caso da Atleta 1, que definiu essa situação como um “pesadelo”. Outro fato foi a demissão do Atleta 5, que o colocou na situação de desempregado. Porém, ao longo do tempo eles foram se adaptando, lidando com os novos desafios como podiam e se encaixando em uma nova rotina. Isso ocorre, pela grande capacidade que o ser humano tem de adaptação a novos ambientes e realidades. Primeiramente, como conseguimos observar, esta passagem é muito desconfortável e difícil, porém se lidada adequadamente, criaremos novos hábitos ações que levarão a uma nova rotina que se encaixe as necessidades dessa realidade.

Sobre os aspectos psicológicos, os atletas demonstraram que estão tentando encarar esta pandemia da melhor forma. Adotando pensamentos positivos, sentimentos de gratidão, valorizaram e aproveitaram bastante a família, outros pensaram em seus familiares como motivação, dentre outras maneiras que os entrevistados usaram para lidar com esse período turbulento. Porém, é preciso levar em conta que um evento tão grandioso, como foi a epidemia de COVID-19, pode levar a choques ou mudanças tão grandes que podem desencadear problemas psíquicos que vão além do consciente do sujeito, como traumas, insônia e/ou outro transtornos a nível inconsciente. Nestes casos, o indivíduo necessitará de ajuda profissional, para tratar e reparar estes distúrbios.

Para finalizar os depoimentos, cada entrevistado expressou quais eram suas perspectivas para o futuro. E a partir dos relatos dos entrevistados, compreendemos que todos eles apresentaram boas perspectivas e ideias esperançosas para o futuro, após a pandemia de COVID-19. Entendemos que o grande grau de resiliência e capacidade de se reinventar dos atletas possui grande influência nestes pensamentos. Pois o esporte de alto rendimento envolve muitas situações onde o atleta precisa reagir, focar nos seus objetivos e, sem a capacidade de adaptar-se e aproveitar as possibilidades, isso não é possível. Assim, este pensamento se torna muito importante em crises como a que passamos atualmente e devem ser adotados por todos. Porque não se trata de desconsiderar os problemas e abdicar das dificuldades, muito pelo contrário, a partir de perspectivas boas começamos a enxergar as possibilidades de mudanças e passamos a nos responsabilizar mais pelo rumo que daremos a nossa realidade. Enfim, é preciso entender que as perspectivas e a forma de enxergar tal fato ou

Evento: XXVIII Seminário de Iniciação Científica

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

acontecimento tendem a ditar o modo como iremos lidar, tratar ou mudar o mesmo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando as reflexões, entrevistas e análises abordadas no presente estudo, concluímos que a epidemia de COVID-19 gerou grandes impactos na vida dos atletas entrevistados ocasionando, importantes mudanças na realidade de cada um. Desta forma, como em qualquer outra profissão, os profissionais passaram por dificuldades para se adaptarem aos cuidados e decretos da quarentena. As principais dificuldades encontradas se referem ao condicionamento físico, por conta da quebra de rotina e da falta de condições, equipamentos e orientação em suas residências; além do fato de estarem distantes de seus familiares em um momento tão delicado e conturbado como este. Neste sentido, estes estresses acabam implicando diretamente na saúde destes atletas e, se não conduzidos adequadamente, a soma destes problemas pode gerar complicações ainda maiores.

Outro fator relevante foi a dificuldade dos clubes em manterem seus atletas e seu funcionamento dentro da normalidade, pois como a maioria das empresas, eles também tendem a sofrer grandes prejuízos financeiros por conta da pausa de campeonatos e da saída de muitos patrocinadores. Por fim, acreditamos que o presente estudo é de grande valia, pois abordou análises e reflexões sobre a realidade de atletas de alto rendimento durante a pandemia de COVID-19, que expõem situações pouco mostradas pela mídia e marketing nacional. Deste modo, possibilitou maiores reflexões e o direcionamento para possíveis novos estudos para maiores aprofundamentos nesta área.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **O que é coronavírus? (COVID-19)**. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>. Acesso em: 10 de junho de 2020.

FARINATTI, P. T. V.; FERREIRA, M. S. **Saúde, promoção da saúde e educação física: conceitos, princípios e aplicações**. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2006.

RAIOL, R. A. Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 2, p. 2804-2813, mar./apr. 2020.

VIANA, Danielle Freire Wiltshire; MEZZAROBA, Cristiano. O esporte de alto rendimento faz mal à saúde? Uma análise das atletas da seleção brasileira de ginástica rítmica. **Motrivivência**, n. 41, p. 190-205, 2013.

Parecer CEUA: 23205.004977/2015-90

Parecer CEUA: CAAE: 84431118.2.0000.5350