

## Saúde mental do jogador de futebol: um estudo do perfil dos atletas sub-20 do Guarani Futebol Clube

Alexandre Henrique Silvério\*, Pedro Henrique Melloni Forte, Estevão F. Barbosa, Luiz Fernando Longuim Pegoraro, Renata Cruz Soares de Azevedo, Paulo Dalgalarondo, Amilton dos Santos Junior

### Resumo

Os jogadores de futebol, apesar de serem um grupo de indivíduos tidos usualmente como de boa saúde, também podem ter vulnerabilidade a problemas relacionados à saúde mental. O presente trabalho buscou avaliar, através da aplicação e análise de questionários anônimos de autopreenchimento, a existência de sintomas sugestivos de transtornos mentais, o uso de risco de álcool e outras substâncias psicoativas e a avaliação da qualidade de vida e do sono de jogadores do sexo masculino, com idades entre 18 e 20 anos, do Guarani Futebol clube. Todos os 26 jogadores da categoria concordaram em participar do estudo. Os dados foram transpostos para planilha no programa SPSS, versão 22.0, sendo submetidos a análises de medidas de frequência, posição e dispersão. Concluiu-se que 1/5 dos jogadores tem sintomas sugestivos de transtornos mentais comuns e 41,7%, de possível TDAH. O uso reportado de álcool e substâncias ilícitas é baixo, mas queixas de má qualidade de sono são frequentes. Embora a maioria dos jogadores seja de um nível socioeconômico alto e apresentem uma boa qualidade de vida, muitos já foram vítimas de formas graves de violência.

### Palavras-chave:

Saude Mental, Adulto Jovem, Futebol

### Introdução

Jogadores de futebol profissionais estão expostos a intensas cargas de treino e pressões por resultados positivos, o que pode torná-los vulneráveis a problemas de saúde mental e pior qualidade de vida<sup>1</sup>. Neste contexto, o presente projeto buscou estudar o perfil sócio-demográfico dos jogadores de futebol com idades entre 18 e 20 anos, da categoria masculina sub-20 do Guarani Futebol Clube. Avaliou-se também a possível ocorrência de sintomas dos chamados transtornos mentais comuns (ansiosos, somáticos e depressivos) avaliados pelo instrumento *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20); fobia social, avaliada pelo *Mini-Social Phobia Inventory* (Mini-SPIN); transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), avaliado pela *Adult Self Report Scale* (ASRS-6); o uso de risco de álcool (verificado pelo instrumento *Alcohol Use Disorders Identification Test* (AUDIT) e de outras substâncias psicoativas; a qualidade de vida, avaliada pela *WHO Quality of Life* (WHOQOL-Bref) e a qualidade do sono nessa população. Buscou-se também verificar a demanda por assistência relacionada a saúde mental e antecedentes de terem sofrido alguma forma de violência grave.

### Resultados e Discussão

Os dados foram transpostos para planilha no programa SPSS, versão 22.0, sendo submetidos a análises de medidas de frequência, posição e dispersão, com intervalo de confiança de 95%. Todos os vinte e seis jogadores da categoria concordaram em participar do estudo. A idade média dos participantes era de  $18,3 \pm 0,7$  [IC95%: 18,0-18,6] anos. Durante a semana, os jogadores dormem cerca de  $8,7 \pm 0,8$  [IC 95%: 8,4-9,1] horas por noite. Quinze (57,7%) atletas relataram dificuldades para dormir, e quase 3/4 (n=19, 73,1%) queixaram-se de fadiga ou sonolência diurna. Vinte e quatro (96%) dizem não apresentar problemas de saúde mental. Somente dois (7,7%) tiveram contato com psicólogos e um (3,8%), com psiquiatra. No entanto, cinco (20%) jogadores apresentam indícios de

possível Transtorno Mental Comum (Tabela 1). Cinco (19,2%) jogadores experimentaram maconha, mas apenas um refere ter usado nos últimos 12 meses e 92,3% referem não ter usado nenhuma outra substância psicoativa ilícita. Oito (30,2%) atletas já foram vítimas de formas graves de violência.

**Tabela 1. Resultados das escalas utilizadas**

Escala	Resultados
IPEB (nível socioeconômico)	15 (62,3%) classes A-B 8 (33,3%) classe C 1 (3,8%) classe D-E.
SRQ-20	20% possível Transtorno Mental Comum
ASRS-6	41,7% possível TDAH
AUDIT	96% sem uso de risco de álcool
Mini-SPIN	96% sem sintomas de fobia social
WHOQOL - Qualidade de vida (0-100) Domínios:	
Físico	74,3±13,2[IC95%: 69,0-79,6]
Psicológico	78,9±11,9[IC95%: 74,0-83,7]
Relações Sociais	72,1±15,8[IC95%: 65,7-78,5]
Ambiental	59,7±18,6[IC95%: 50,2-65,2]

### Conclusões

Apesar de se considerarem psicologicamente saudáveis e de não procurarem ajuda, 1/5 dos jogadores tem sintomas sugestivos de transtornos mentais comuns e 41,7%, de possível TDAH. O uso reportado de álcool e substâncias ilícitas é baixo, mas queixas de má qualidade de sono são frequentes. Embora a maioria dos atletas seja de um bom nível socioeconômico, muitos já foram vítimas de formas graves de violência e que, apesar de terem qualidade de vida em geral boa, ela é menor justamente no domínio ambiental. A atenção a esses dados pode direcionar as equipes de saúde a planejarem intervenções com vistas a melhorar condições de saúde e qualidade de vida desses jogadores. O presente estudo está sendo expandido para a aplicação dos instrumentos em outros clubes.

<sup>1</sup> BAUMAN, N.J. The stigma of mental health in athletes: are mental toughness and mental health seen as contradictory in elite sport?. *Br J Sports Med.* 2016;50:135-136