



PROBLEMAS E ESTRATÉGIAS PSICOSSOCIAIS DURANTE O PERÍODO DE REABILITAÇÃO ESPORTIVA

Resumo

**Isabela Lima Haiducki
Lucas Marques Teófilo
Luize Moro**

Até uma década atrás ter uma lesão era muitas vezes sinônimo do fim da carreira de um atleta, entretanto, a ciência avançou e novos caminhos foram abertos na tentativa de reverter essa situação. Identificou-se que entender que a lesão não se refere apenas a questões e tratamentos físico, mas também ao aspecto psicológico, ou seja, compreender o atleta de uma forma mais holística fez aumentar as possibilidades de reabilitação. Nesse sentido, compreende-se que é importante o auxílio de intervenção multidisciplinar, desde o início da reabilitação visando melhorar não só física, mas também psicológica, destacando nesse sentido, a necessidade de técnicos, preparadores físicos, médicos, nutricionistas, psicólogos, enfermeiros, fisioterapeutas e os atletas entenderem o valor desse importante campo da ciência. Com base nesse pressuposto, o objetivo do presente estudo foi selecionar, analisar e categorizar produções científicas relacionadas ao tema, a partir da análise de problemas e estratégias mentais utilizadas e descritas no período de reabilitação de atletas. O presente estudo é uma revisão sistemática de análise qualitativa, com um recorte temporal de 10 anos (2012 – 2022). As buscas dos artigos foram realizadas na base de dados Pubmed.gov. As palavras chaves utilizadas foram sport psychology, emotional and behavioral responses, __psychosocial rehabilitation. Foram encontrados 5 artigos sobre o tema pesquisado. Os resultados encontrados até o momento sobre os problemas psicológicos, foram: medo, ansiedade, estresse, depressão, raiva e frustração. Os resultados das estratégias psicossociais encontradas foram: Definição de metas, técnicas de relaxamento, conversas positivas, apoio social e imaginação. A conclusão desta pesquisa está em processo de desenvolvimento.

Palavras-chave: Psicologia do esporte; Problemas psicossociais, Estratégias psicossociais; Reabilitação esportiva.