



CURSO DE PSICOLOGIA

RIKSBERG LEITE CABRAL FILHO

**OS IMPACTOS DA CULTURA DE PERFORMANCE SOBRE A SAÚDE
MENTAL DE ATLETAS PROFISSIONAIS DE JIU-JITSU**

FORTALEZA

2023

RIKSBERG LEITE CABRAL FILHO

OS IMPACTOS DA CULTURA DE PERFORMANCE SOBRE A SAÚDE MENTAL DE
ATLETAS PROFISSIONAIS DE JIU-JITSU.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
como requisito à obtenção do título de Bacharel
em Psicologia pela Faculdade Ari de Sá.

Orientador: Profa. Me. Antônia Vaneska Timbó
de Lima Meyer.

Aprovado(a) em: ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Profa. Me. Antônia Vaneska Timbó de Lima Meyer
Faculdade Ari de Sá

Profa. Dra. Bárbara Barbosa Nepomuceno
Faculdade Ari de Sá

Profa. Dra. Lívia Gomes Viana-Meireles
Universidade Federal do Ceará

“Vou mostrando como sou, e vou sendo como posso. Jogando meu corpo no mundo, e pela lei natural dos encontros eu deixo e recebo um tanto”.

(Moraes Moreira)

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente à meus professores, que tanto me auxiliaram neste processo formativo.

Ao Jiu-Jitsu e à Psicologia que transformaram a minha percepção sobre o todo.

À minha família por ser a base e a motivação de tanta luta e mudança de vida.

À professora Vaneska Meyer por toda gentileza, presteza e atenção, suas contribuições, escuta e apoio se fizeram imprescindíveis neste momento. Suas valiosas orientações levarão a concretização desse projeto e do meu sonho. Levarei para a vida, pois a influência de um professor nunca será apagada..

Aos docentes e funcionários da Faculdade Ari de Sá, toda a minha admiração por todo o esforço em fazer dessa instituição uma verdadeira casa de saber, para além de uma prestadora de serviços. A acessibilidade e atenção de vocês são incomparáveis, fazem a diferença

E a todos que torcem por mim, e que fizeram parte do caminho muito obrigado!

Riksberg Leite Cabral Filho.

Me. Antônia Vaneska Timbó de Lima Meyer.

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar como a sociedade do desempenho, a cultura de performance e a mercantilização do esporte impactam a saúde mental dos atletas profissionais de Jiu-Jitsu. Examina-se o contexto no qual esses praticantes estão inseridos, sujeitos a exigências intensas por excelência, pressões por resultados crescentes e à transformação do esporte em uma mercadoria transacionável. A pesquisa busca compreender os impactos psicológicos dessa conjuntura, destacando desafios como a busca incessante por sucesso, a visibilidade comercial e as pressões competitivas. O foco reside em elucidar os efeitos dessa dinâmica sociocultural complexa na saúde mental dos atletas de Jiu-Jitsu. O estudo adotou uma abordagem qualitativa exploratória, coletando relatos por meio de entrevistas semiestruturadas no Google Forms, enfatizando a assinatura do TCLE. As entrevistas foram analisadas usando a Análise de Conteúdo de Bardin, especificamente a Análise Temática, para compreender os impactos da cultura de performance na saúde mental de atletas de Jiu-Jitsu. Os resultados apontam a importância de considerar os desafios da sociedade do desempenho e mercantilização do esporte para a saúde mental dos atletas de Jiu-Jitsu, bem como reconhecer os aspectos positivos dessa prática. Destaca-se não apenas os obstáculos, mas também as potenciais vantagens intrínsecas à imersão nessa nobre arte marcial.

Palavras-chave: Jiu-Jitsu. Saúde-Mental. Desempenho. Performance.

ABSTRACT

This study aims to analyze how the performance society, performance culture, and commercialization of sports impact the mental health of professional Jiu-Jitsu athletes. It examines the context in which these practitioners are immersed, subject to intense demands for excellence, increasing result pressures, and the transformation of sports into a tradable commodity. The research seeks to understand the psychological impacts of this situation, highlighting challenges such as the relentless pursuit of success, commercial visibility, and competitive pressures. The focus is on elucidating the effects of this complex sociocultural dynamic on the mental health of Jiu-Jitsu athletes. The study adopted a qualitative exploratory approach, collecting narratives through semi-structured interviews on Google Forms, emphasizing the signing of the informed consent form (ICF). The interviews were analyzed using Bardin's Content Analysis, specifically Thematic Analysis, to comprehend the impacts of performance culture on the mental health of Jiu-Jitsu athletes. The results underscore the importance of considering the challenges posed by the performance society and commercialization of sports for the mental health of Jiu-Jitsu athletes, as well as recognizing the positive aspects of this practice. It highlights not only the obstacles but also the potential intrinsic advantages of immersion in this noble martial art.

Keywords: Jiu-Jitsu. Mental Health. Performance. Achievement.

INTRODUÇÃO

Este projeto de pesquisa surge da interseção das experiências pessoais do pesquisador, que é acadêmico de psicologia e praticante amador de Jiu-Jitsu. A motivação para este estudo está ancorada nas crescentes discussões sobre saúde mental no contexto esportivo do Jiu-Jitsu, levando-nos a investigar como a pressão por resultados impacta a saúde mental dos atletas profissionais nesse esporte.

Quanto à origem do Jiu-Jitsu, existem teorias divergentes, mas nosso foco recai na narrativa que conecta a "Arte Suave" à cultura brasileira. Desenvolvido no Brasil por Konde Koma, o Jiu-Jitsu foi posteriormente popularizado pela família Gracie nas classes média e alta, desempenhando um papel significativo na história das artes marciais no país. A família Gracie desafiou outros estilos em confrontos sem regras, destacando-se e estabelecendo o Jiu-Jitsu Brasileiro como uma força global (MACHADO, 2019).

A modernização do esporte, em um mundo globalizado, permitiu a profissionalização de muitos atletas, transformando o Jiu-Jitsu em uma fonte de sustento. Dados do Ministério da Saúde (2018) indicam um aumento expressivo na procura por esportes de combate no Brasil. No entanto, é essencial compreender que nem todos os atletas remunerados são considerados profissionais, havendo uma distinção clara entre amadores e profissionais. Adicionalmente, no âmbito da Arte Suave, emerge uma discussão contemporânea acerca da modernização e profissionalização do Jiu-Jitsu, suscitando divisões entre as abordagens "Old School" e Moderna (MACHADO, 2019). O Jiu-Jitsu "Old School", conforme apontado por Machado (2019), centra-se mais na lógica de combate e defesa pessoal, desenvolvendo-se em uma fase histórica em que o Jiu-Jitsu Brasileiro (JJB) era menos organizado e menos voltado para competições específicas. Por outro lado, o Jiu-Jitsu Moderno, ou "New School", resulta de um processo mais estruturado no cenário competitivo, onde o praticante busca destaque ao jogar de acordo com regras específicas da modalidade, utilizando kimono e sem a preocupação com socos, chutes, cotoveladas, etc. Este estilo prioriza um sistema de regras onde a finalização da luta não é necessariamente o objetivo principal dos treinos.

Machado (2019) destaca a carência de uma estrutura universal e econômica, apesar da existência de diversas federações e campeonatos em todo o Brasil e mundo. Nesse contexto, há uma parcela de atletas que adere à ideia contemporânea de maior profissionalização, ajustando-se a novas metodologias e demandas do mercado capitalista. Entretanto, também existe uma

parte que sustenta ideais mais tradicionais, alinhada a uma perspectiva nostálgica. Adicionalmente, no âmbito da Arte Suave, emerge uma discussão contemporânea acerca da modernização e profissionalização do Jiu-Jitsu, suscitando divisões entre as abordagens *Old School* e Moderna (MACHADO, 2019).

O Jiu-Jitsu *Old School*, conforme apontado por Machado (2019), centra-se mais na lógica de combate e defesa pessoal, desenvolvendo-se em uma fase histórica em que o Jiu-Jitsu Brasileiro (JJB) era menos organizado e menos voltado para competições específicas. Por outro lado, o Jiu-Jitsu Moderno, ou *New School*, resulta de um processo mais estruturado no cenário competitivo, onde o praticante busca destaque ao jogar de acordo com regras específicas da modalidade, utilizando *kimono* e sem a preocupação com socos, chutes, cotoveladas, etc. Este estilo prioriza um sistema de regras onde a finalização da luta não é necessariamente o objetivo principal dos treinos.

Além disso, expansão da esfera cultural, conforme descrito por Jameson (2001), coincide estreitamente com a sociedade do consumo, incorporando-se ao nosso cotidiano e impulsionando a produção para o mercado consumidor. Esta pesquisa visa aprofundar a compreensão dos desafios enfrentados pelos atletas profissionais de Jiu-Jitsu, explorando as complexas dinâmicas entre a sociedade do desempenho, a cultura de performance e a mercantilização do esporte, especialmente em relação à saúde mental.

Assim, considerando o esporte como uma expressão cultural, a visão capitalista global tem moldado o esporte em uma entidade economicamente ativa e rentável. Proni (1998) destaca que o esporte tem se alinhado à lógica mercantil, adaptando-se para valorizar o espetáculo e incorporar elementos da indústria do entretenimento. Isso busca promover a massificação e a expansão do esporte como um produto cultural altamente valorizado, sendo descrito por Proni como "Esporte-espetáculo". Essa transformação envolve estratégias de marketing e publicidade, redesenhando as relações entre esporte, consumo e sociedade.

Apesar dos benefícios dessa transformação, que valoriza o esporte e seus praticantes, impulsionando a profissionalização e estabelecendo-o como um agente influente na transformação social e econômica, Proni (1998) alerta que, na busca por resultados excepcionais, os atletas muitas vezes refletem rituais da sociedade capitalista. Isso inclui a experiência de um trabalho alienante, onde seus corpos são usados em prol dos interesses ligados ao espetáculo e à performance, visando a ampliação da visibilidade dos patrocinadores.

Buceta (1997) observa que, com a cultura de performance atingindo níveis máximos no esporte e os avanços tecnológicos nivelando cada vez mais o desempenho físico e técnico, há

uma crescente atenção às interseções entre saúde mental e desempenho esportivo. A definição de saúde mental pela OMS em 1946 como um estado de bem-estar em que o indivíduo pode utilizar suas habilidades, lidar com as pressões da vida, trabalhar de maneira produtiva e contribuir para a comunidade é destacada.

Entretanto, para além da análise da preparação psicológica e da saúde mental voltada para o desempenho esportivo, este estudo visa compreender como as interconexões entre as demandas capitalistas, a mercantilização e a pressão por resultados impactam os atletas como profissionais e seres humanos. Reconhecendo a Psicologia como uma ferramenta vital para a transformação social e a ampliação do pensamento crítico, a pesquisa busca contribuir para enfrentar as pressões enfrentadas pelos atletas devido à cultura de alto rendimento e às demandas mercantis associadas a esses aspectos.

Assim, este trabalho parte dessa dicotomia permeada pelos diferentes impactos da espetacularização do esporte na saúde mental dos atletas profissionais de Jiu-Jitsu. Reconhecendo as diversas implicações e consequências, que não se limitam a um caráter puramente positivo ou negativo, mas sim representam uma gama plural e complexa de fenômenos. A expectativa é contribuir para uma compreensão mais abrangente desse fenômeno e, por conseguinte, para a implementação de medidas que visem à melhoria da saúde mental desses atletas.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Compreender como a cobrança por resultados e suas imbricações repercutem na saúde mental de atletas profissionais de Jiu-Jitsu.

2.2 Objetivos específicos

- * Caracterizar o atleta profissional de Jiu-Jitsu;
- * Descrever as principais demandas atreladas aos processos laborais do atleta profissional de Jiu-Jitsu;
- * Analisar como as demandas laborais repercutem sobre a saúde mental do atleta profissional de Jiu-Jitsu.

1 METODOLOGIA

3.1 Cenário da Pesquisa

O estudo foi conduzido com base na pesquisa qualitativa de natureza exploratória, no qual o pesquisador vai a campo com a finalidade de compreender o objeto de estudo, através dos relatos das vivências dos pesquisados. Dessa forma, foi dada a oportunidade dos envolvidos relatarem a sua experiência pessoal sobre o tema abordado. A entrevista aconteceu mediante envio de formulário pelo GoogleForms, através da rede de contato do pesquisador, onde foi adquirido o e-mail dos participantes e enviado o convite para participação dessa pesquisa, contendo apenas um remetente e um destinatário no envio os deixando ciente que a não assinatura do TCLE impossibilitaria a realização da entrevista.

Ressaltamos que a utilização de ambientes virtuais como meio ou locus de coleta de dados de pesquisa tem sido cada vez mais frequente e já existe ampla bibliografia a respeito que aponta [...] a utilização de ambientes virtuais como campo de estudo tem sido amplamente empregada, principalmente, em pesquisas qualitativas e das ciências humanas e sociais (COMITÊ DE ÉTICA DE PESQUISA, 2020 p. 2).

2.2 Delineamento da Pesquisa

Elencou-se o estudo de natureza qualitativa, entendendo que os estudos dessa perspectiva se conformam melhor à investigações de grupos e segmentos delimitados e focalizados, de histórias sociais sob a ótica dos atores, de relações e para análises de discursos e de documentos (Minayo, 2010, p. 57), mostrando-se adequadas para o estudo que foi pretendido.

Como o objetivo da pesquisa é compreender como a cobrança por resultados e suas imbricações repercutem na saúde mental de atletas profissionais de Jiu-Jitsu, entende-se ser importante a coleta de dados através de entrevistas semiestruturadas para captar a percepção desses atletas. Ademais, consideramos a entrevista como uma modalidade de interação entre duas ou mais pessoas (Batista, Matos e Nascimento, 2017), sendo a técnica mais utilizada no processo de trabalho de campo para coletar dados sobre determinado fenômeno envolvendo pessoas. Por meio dela os pesquisadores buscam coletar dados objetivos e subjetivos, em nosso estudo nos debruçamos sobre os dados subjetivos advindos destas.

2.3 Participantes

A escolha dos participantes seguiu aos seguintes critérios: serem atletas profissionais de jiu-jitsu em atividade, possuírem mais de 18 anos de idade, residirem no Brasil, possuírem acesso à internet para acessar plataformas de questionários digitais, tais como *GoogleForms* e que aceitaram assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os primeiros entrevistados foram contactados a partir dos contatos pessoais do entrevistador que possui conhecimento de indivíduos que se encaixam no perfil da amostra. Os primeiros contatos geraram novas indicações, usando do método em bola de neve, técnica de amostragem que se utiliza de redes de referência. Segundo Vinuto (2014) a amostragem em bola de neve se mostra como um processo de permanente coleta de informações, que procura tirar proveito das redes sociais dos entrevistados identificados para fornecer ao pesquisador com um conjunto cada vez maior de contatos potenciais. Neste sentido foram excluídos os entrevistados que não se encaixavam no perfil.

À face do exposto acima, a partir dos contatos dos participantes disponibilizados, foram considerados para o trabalho cinco formulários com as suas respostas sobre o objeto a ser explorado. Abaixo, apresentamos uma visão geral dos entrevistados.

Tabela 1 – Nome e Perfil dos entrevistados

Nome Completo	Faixa etária	Gênero	Nível de Escolaridade	Tempo de Prática do Jiu-Jitsu.
E.A.M	31 – 40 anos	Homem Cis	Nível Médio completo	16 anos
I.A.S	24– 30 anos	Mulher Cis	Graduação Completa	10 anos
P.E.S	24 – 30 anos	Homem Cis	Graduação em andamento	8 anos e 10 meses
D.B.N	31 – 40 anos	Homem Cis	Nível Médio Completo	7 anos
S.A.R	18 – 24 anos	Mulher Cis	Graduação em andamento	7 anos

Fonte: Elaborado pelo autor (2023).

2.4 Coleta e Análise de dados

Na impossibilidade e inviabilidade de delimitar e entrevistar o universo de todos os atletas profissionais de Jiu-Jitsu, nossa amostra foi de natureza não-probabilística por acessibilidade e intencionalidade (DESLANDES; GOMES; MINAYO, 2007). Após o envio dos e-mails para os participantes das pesquisas e recebimentos dos formulários preenchidos, o número de participantes foi determinado pela saturação de dados (FONTANELLA; RICAS; TURATO, 2008).

As entrevistas foram analisadas por meio de Análise de Conteúdo de Bardin (2004), mais especificamente a Análise Temática, que segundo Bardin (2004) está inserida dentro da Análise de Conteúdo e busca alcançar os significados manifestos no material produzido, procurando identificar os núcleos de sentido, isto é, os temas que se destacam na comunicação e que sua presença, por critérios semânticos, tem relevância para os objetivos da pesquisa. A análise de conteúdo foi realizada em três etapas, seguindo as orientações de Bardin (2004): a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados.

Na primeira etapa foi realizada a primeira leitura das respostas de todas as entrevistas, em seguida, criado os nomes fictícios, a segunda leitura foi realizada diligentemente observando todas as falas e sentidos. Na exploração dos dados, na segunda etapa, foram definidas as categorias a partir dos objetivos específicos, conforme observamos no Quadro 2.

Finalmente, na última etapa fomos avançando para o tratamento dos dados obtidos a partir do material empírico coletado.

Quadro 2: Análise de Conteúdo Temática.

Objetivos específicos	Categorias de Análise
<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar o atleta profissional de Jiu-Jitsu; 	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterização e descrição do que configuração do Jiu-Jitsu como uma prática profissional. • Caracterização do que é trabalho conforme os participantes.
<ul style="list-style-type: none"> • Descrever as principais demandas atreladas aos processos laborais do atleta profissional de Jiu-Jitsu; 	<ul style="list-style-type: none"> • Organização do trabalho do atleta profissional de Jiu-Jitsu.
<ul style="list-style-type: none"> • Analisar como as demandas laborais repercutem sobre a saúde mental de atletas profissionais de Jiu-Jitsu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Saúde mental do Atleta. • Imbricações das necessidades capitais da sociedade do desempenho sobre a saúde mental do atleta: Comparações e autocobranças atreladas ao sentimento de fracasso e impotência.

Fonte: Elaborada pelo autor (2023).

2.5. Considerações Éticas

A presente pesquisa foi submetida ao comitê de ética de acordo com a resolução nº 466 e nº 510. Desse modo, vale ressaltar que foi informado previamente aos participantes acerca dos objetivos e justificativa da pesquisa, como também, garantido o anonimato e sigilo de

quaisquer informações, a privacidade, o livre consentimento e a opção de não participar ou de não responder alguma pergunta caso se sentisse desconfortável.

O estudo visa contribuir para a maximização da discussão acerca de saúde mental nos tatames e no espectro da arte marcial, compreendendo as particularidades e os desafios enfrentados pela comunidade. Além de fomentar discussões acerca das análises dos seus resultados, com o objetivo de propiciar o cuidado com a saúde mental dos atletas profissionais de Jiu-Jitsu.

2 RESULTADOS E DISCUSSÕES

2.1 A caracterização do Jiu-Jitsu como uma prática profissional no contexto social contemporâneo.

Como supracitado anteriormente, é importante destacar que conforme a lei 9.615/98 do sistema jurídico brasileiro, um atleta profissional é alguém que recebe remuneração financeira ou outras formas de compensação por sua participação em eventos esportivos. Essa compensação geralmente provém de fontes como patrocinadores, clubes esportivos, federações ou prêmios conquistados em competições. A característica distintiva de um atleta profissional é sua dedicação intensiva e contínua ao esporte, exigindo treinamento rigoroso e um compromisso em tempo integral. Esse nível de dedicação muitas vezes implica em sacrifícios em outras áreas da vida para alcançar o sucesso esportivo.

No entanto, é crucial observar que nem todos os atletas remunerados podem ser considerados profissionais. Existe uma distinção entre atletas amadores e profissionais, onde os primeiros competem sem receber pagamento, enquanto os últimos recebem compensação financeira por sua participação e desempenho esportivo. Conforme Jameson (2001) argumenta, a esfera cultural expandiu-se de maneira a coincidir estreitamente com a sociedade de consumo, não se limitando a formas anteriores e tradicionais, mas tornando-se parte integrante do nosso cotidiano em diversos aspectos, impulsionando a produção para o mercado consumidor.

Os resultados da pesquisa revelaram que os atletas profissionais entrevistados corroboram com o exposto acima, visto que compreendem trabalho como um mecanismo fundamental para obtenção de renda e sustento, necessitando de um esforço prestado por meio do trabalhador. Ademais, salienta-se também a visualização do trabalho, por parte de alguns

participantes, a partir de um espectro de dignificação e estruturação do homem, se estabelecendo como pilar central do sentimento de utilidade e significância coletiva. Como aponta o relato abaixo, que destaca a fala de um dos atletas participantes.

“O trabalho é uma atividade que exige dedicação e evolução, onde você dispõe o seu tempo e esforço físico para poder se manter” (E.A.M)

Fato esse, que se correlaciona com a análise de Han (2015, p.14), ao afirmar que a sociedade contemporânea do século XXI não é mais caracterizada como uma sociedade disciplinar, mas sim como uma sociedade de desempenho. Nesse contexto, os indivíduos não são mais denominados como 'sujeitos da obediência', mas sim como sujeitos de desempenho e produção, agindo efetivamente como empresários de si mesmos. Esta mudança de paradigma reflete a transição de uma estrutura social baseada em disciplina para uma que valoriza e demanda constantes realizações individuais.

Além disso, conforme a análise de Ouriques (2014), o cenário esportivo contemporâneo estabeleceu uma relação voraz com diversos setores produtivos dentro do contexto do mundo capitalista. O esporte, de maneira intrínseca, tornou-se um componente essencial para a geração de lucros e a potencialização de acumulação de capital. Esta interconexão entre o domínio esportivo e os diferentes setores produtivos destaca a complexidade e a interdependência entre o esporte e a economia globalizada.

A visão romantizada do trabalho, conforme delineada por Han (2015), pode ser observada na transformação dos indivíduos em empreendedores de si mesmos, sugerindo uma perspectiva onde o desempenho e a produção são as principais métricas de sucesso na sociedade contemporânea, como podemos observar na fala do entrevistado abaixo:

“O trabalho de atleta é uma atividade em que obtenho retorno financeiro a partir do que amo fazer, significa a minha vida, o que sei fazer de melhor” (D.B.N)

Nesse contexto, a análise de Ouriques (2014) sobre o mundo esportivo amplifica essa dinâmica ao destacar a voracidade da relação entre o esporte e a economia, enfatizando a importância do esporte como uma commodity valiosa para a geração de lucros e a acumulação

de capital em uma escala global.

2.2 Descrição das principais demandas atreladas aos processos laborais do atleta profissional de Jiu-Jitsu: uma gama de responsabilidades constantes que não se restringem aos tatames.

Apesar do aspecto técnico e disciplinar do desempenho desportivo do atleta representar um fator crucial de sua prática, suas implicações laborais como profissional partem para camadas muito mais viscerais, envoltas por nuances estreitamente ligadas ao espectro social. A perspectiva de Han (2015) sobre a sociedade do desempenho oferece uma lente analítica penetrante para compreender as complexidades da dinâmica social contemporânea. Nesse contexto, o exponencial desenvolvimento e a difusão abrangente do fenômeno esportivo como parte integrante da cultura de massa, habilmente orquestrados pela exploração estratégica dos meios de comunicação, como meticulosamente examinado por Athayde (2014), deram origem a uma modalidade esportiva cada vez mais impregnada por uma lógica comercial de entretenimento.

Fato esse, que se pode observar a partir do relato dos participantes, que corroboram com a complexidade de responsabilidades e demandas que permeiam o âmbito profissional da prática esportiva de Jiu-Jitsu.

“É necessário um conjunto de coisas: treinar forte, cumprir com a dieta de forma regrada, realizar preparo físico, mental e além disso, estar presente direto nas redes sociais para conseguir assegurar um bom patrocínio, mostrando sempre a rotina de treinos e preparação.” (I.A.S)

Este fenômeno, meticulosamente elaborado para penetrar e conquistar novos públicos e mercados, suscita reflexões profundas sobre a intrincada interseção entre as diversas demandas sociais contemporâneas. A ênfase no espetáculo esportivo não é apenas uma manifestação cultural, mas também um reflexo da sociedade do desempenho supracitada por Han (2015), onde a validação e o sucesso estão intrinsecamente ligados à visibilidade, aceitação social e, por extensão, ao desempenho dos indivíduos em suas respectivas esferas de atuação.

Além disso, o panorama descrito acima, em que a sociedade do desempenho impõe uma pressão constante sobre os indivíduos para atender aos padrões ideais de produtividade e

sucesso, reflete-se de maneira particularmente desafiadora na vida de atletas profissionais. Estes, frequentemente imersos em um contexto esportivo cada vez mais orientado pelo entretenimento e comercialização, enfrentam dificuldades significativas ao conciliar suas carreiras esportivas com a necessidade de buscar outras fontes de renda para garantir sua subsistência.

No contexto da sociedade do desempenho, onde o sucesso é medido não apenas por realizações esportivas, mas também pela visibilidade e validação nas esferas sociais, Ouriques (2014) aponta que os atletas se veem compelidos a manter um desempenho excepcional. Essa exigência pode gerar não apenas pressão psicológica, mas também demanda uma dedicação intensiva ao treinamento e à competição, consumindo grande parte do tempo e da energia dos atletas.

No entanto, o cenário atual do esporte segundo Proni (1998) muitas vezes não oferece uma compensação financeira adequada para todos os atletas, especialmente aqueles em esportes menos midiáticos ou em estágios iniciais de suas carreiras. Diante disso, muitos atletas profissionais se veem na necessidade de buscar outras fontes de renda para garantir sua estabilidade financeira. Essas atividades paralelas, ainda segundo Proni (1998) podem incluir trabalhos em meio período, empreendedorismo, ou até mesmo empregos integrais fora do campo esportivo.

A tentativa de conciliar múltiplas responsabilidades, seja em termos de treinamento esportivo, competição, e fontes de renda alternativas, pode resultar em desafios significativos para os atletas. A busca pela excelência esportiva e o equilíbrio financeiro tornam-se uma verdadeira maratona, onde a fadiga física e mental pode se tornar uma realidade constante. Conforme pode-se observar a partir do relato de uma porção dos entrevistados tais como:

“É um desafio grande, precisar complementar a renda. Passar por dificuldades financeiras e ter que conciliar o esporte que amo com outras formas de trabalho.” (P.E.S, Atleta profissional de Jiu-Jitsu, estudante de Nutrição e microempreendedor)

Assim, o paradigma da sociedade do desempenho, ao intensificar as demandas sobre os atletas para alcançarem níveis excepcionais de desempenho, contribui para a complexidade de suas vidas profissionais. A necessidade de conciliar múltiplos papéis e responsabilidades, muitas vezes além das fronteiras do campo esportivo, revela os desafios estruturais e

econômicos enfrentados pelos atletas profissionais na busca pela realização de suas paixões esportivas e pela manutenção de uma subsistência digna.

Entretanto, mesmo diante desses desafios, Proni (1998) destaca uma perspectiva paradoxalmente benéfica resultante dos processos de comercialização e massificação do esporte. A profissionalização do esporte, aliada a investimentos substanciais, não apenas proporciona condições financeiras mais favoráveis para os atletas, mas também estabelece uma intrincada rede de relações que vai além do campo esportivo. Essa complexidade e multifacetada rede de interações não só oferece suporte financeiro robusto, mas também, potencialmente, exerce um papel transformador em realidades frequentemente desafiadoras.

Dessa forma, a sociedade do desempenho, tal como discutida por Han, não é apenas um fenômeno isolado no âmbito esportivo, mas sim uma expressão mais ampla das dinâmicas sociais contemporâneas, moldando as narrativas individuais e coletivas em uma era caracterizada pela busca incessante de realizações, visibilidade e validação.

2.3 Implicações das demandas laborais do atleta profissional sobre sua saúde mental: Um olhar ampliado sobre o indivíduo para além do produto esportivo.

Ao mergulhar nas complexidades desse panorama, surge a crucial indagação sobre a correlação entre os processos cumulativos característicos desse fenômeno esportivo e a saúde mental dos atletas. Han (2015, p.14) aponta para a persistência da "sociedade disciplinar", marcada pela negação constante, como geradora de indivíduos mentalmente afetados. No entanto, na sociedade contemporânea do desempenho, a busca incessante por realizações pessoais e profissionais pode resultar em uma predisposição à depressão e ao fracasso, à medida que os indivíduos se veem submersos em uma cultura que demanda incessante aprimoramento e superação.

A análise metódica das intrincadas rotinas desportivas revela que os processos de comparação e competitividade permeiam de maneira latente, frequentemente assumindo formas exacerbadas e prejudiciais. A constante avaliação social, intensificada pela crescente visibilidade proporcionada pelas redes sociais e pelos meios de comunicação, contribui para a pressão constante sobre os indivíduos para corresponderem aos padrões ideais de desempenho. Fato esse que corrobora com o exposto pelos atletas entrevistados, cujas necessidades de atualização são constantes.

“É necessário estar sempre melhorando, se atualizando e buscando a sua melhor versão, para obter bom desempenho dentro e fora dos tatames, mesmo quando se está exausto” (E.A.M)

Nesse âmbito complexo, onde a busca incessante por produtividade e sucesso se manifesta, os praticantes de jiu-jitsu se veem submersos em um cenário onde a pressão para o desempenho excepcional é uma constante inescapável. Visto esse contexto, salientam-se, a seguir, os principais impactos das rotinas laborais sobre a saúde mental dos atletas profissionais entrevistados.

A exigência constante de manter padrões extraordinários de excelência nesse esporte, caracterizado, segundo Farias (2018) por sua acirrada competitividade, não apenas cria um fardo mental significativo, mas também desencadeia um turbilhão de ansiedade e estresse, evidenciando de maneira clara e contundente os impactos diretos sobre a saúde mental dos atletas entrevistados.

“É necessário estar sempre em sua melhor versão, para performar bem.”. (E.A.M)

A era das redes sociais, intrinsecamente vinculada à sociedade do desempenho, segundo Han (2015) desvela uma nova camada de desafios. A incessante busca por validação social, a constante comparação com outros atletas e a exposição pública intensificam os desafios psicológicos enfrentados pelos praticantes de jiu-jitsu. A autoestima e a autoimagem tornam-se suscetíveis às vicissitudes da visibilidade digital.

A conformidade às expectativas do público, orientadas pela incessante busca por entretenimento, não é menos relevante. Os Atletas de jiu-jitsu entrevistados sentem-se compelidos a se ajustar a essas expectativas, resultando não apenas em implicações no desempenho esportivo, mas também em um impacto psicológico notável, uma vez que a conformidade excessiva pode suprimir a expressão autêntica do atleta. Pode-se visualizar esse aspecto ao analisarmos um trecho da fala de um dos participantes:

“É necessário estar com o mental preparado, para performar bem dentro e fora dos tatames e obter bons resultados”. (I.A.S)

Outro ponto que se fez relevante durante as entrevistas é o delicado equilíbrio entre a carreira esportiva e a vida pessoal assume contornos de desafio hercúleo. A necessidade imperativa de alcançar um desempenho excepcional, frequentemente atrelada à obrigação de garantir fontes de renda adicionais, engendra uma luta constante para harmonizar as diversas esferas da existência do atleta de jiu-jitsu, suscitando questionamentos profundos sobre o preço psicológico a ser pago. Fato esse que podemos compreender de maneira latente no discurso de uma das participantes da pesquisa:

“A vida pessoal e o Jiu-Jitsu estão completamente relacionadas, se algo na vida não vai bem, impacta diretamente em seu desempenho e performance.” (S.A.R)

A não conformidade aos padrões estabelecidos na sociedade do desempenho acarreta um conjunto único de tribulações. Em um esporte onde a competitividade é a norma, atletas que desafiam os paradigmas preestabelecidos enfrentam desafios adicionais, tanto em sua jornada esportiva quanto nos aspectos psicológicos, nos quais o estigma da não conformidade pode desencadear conflitos internos.

Entretanto, para além dos resultados obtidos que corroboram com as narrativas de Han (2015), Ouriques (2014) e Proni (1998) acerca das pressões e imbricações psicológicas atrelados ao aspecto de mercantilização do esporte e expansão da massificação do entretenimento em uma sociedade pautada pelo desempenho, pode-se observar relatos que também nos apontam para outras reflexões atreladas à prática profissional de Jiu-Jitsu e suas consequências positivas sobre a saúde mental de seus praticantes.

Em seus relatos, os entrevistados reiteram os ganhos e aprendizados obtidos através de suas caminhadas no esporte, aspectos esses voltados à: Autoestima, Resiliência e Superação. Fazendo-os visualizar-se como seres potentes de transformação e autenticidade. Nos relatos dos entrevistados, ao perguntados sobre a significância do Jiu-Jitsu em sua vida, muitos emanaram respostas como: “minha terapia”, “minha vida”, “onde me sinto alguém”. Além disso, muitos traçaram paralelos entre aprendizados obtidos nos tatames que se perpetuaram em sua vida pessoal. Como pode-se visualizar no discurso abaixo relatado por um dos participantes da pesquisa.

“É um esporte que conseguimos levar para a vida! Muitas situações que

passamos em certas posições no Jiu-Jitsu, se igualam a nossa vida e aprendemos a lidar com aquilo através do esporte (...)” (I.A.S)

Esses aspectos positivos relatados podem ser correlacionados aos frutos positivos atrelados à prática esportiva sobre a saúde mental dos indivíduos corroborando com Cox (2002) ao reiterar as possibilidades de impactos positivos associados entre a prática esportiva e a redução de níveis de estresse e ansiedade.

Além disso, aponta-se para suma importância da compreensão dos diversos aspectos supracitados para a promoção de espaços que corroborem com o zelo pela saúde mental de atletas profissionais, bem como para que a discussão se maximize e ganhe espaço nos diversos espectros sociais para que possam se atingir intervenções e transformações efetivas sobre o *modus-operandi* da prática esportiva profissional na sociedade contemporânea.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na conclusão desta análise, é fundamental não apenas considerar os desafios inerentes à sociedade do desempenho e à mercantilização do esporte para a saúde mental dos atletas profissionais de Jiu-Jitsu, mas também reconhecer os aspectos positivos que emanam dessa prática. Neste ponto crucial da reflexão, emerge uma compreensão abrangente, que não apenas destaca os obstáculos, mas também enfatiza as potenciais vantagens intrínsecas à imersão nesta nobre arte marcial.

A sociedade do desempenho, sob o prisma de pensadores contemporâneos como Byung-Chul Han, delineia um cenário que exige dos atletas uma incessante busca por excelência. Contudo, é crucial sublinhar que o Jiu-Jitsu, enquanto disciplina esportiva, oferece um terreno propício para o cultivo da resiliência mental e habilidades de enfrentamento. A prática constante, aliada à disciplina requerida e à superação de desafios físicos e mentais, pode nutrir uma mentalidade robusta e adaptativa nos praticantes.

Concomitantemente, a mercantilização do esporte, apesar de apresentar desafios comerciais, também pode proporcionar oportunidades para o florescimento dos praticantes de Jiu-Jitsu. A visibilidade comercial não só contribui para o crescimento do esporte, mas também para o reconhecimento e valorização dos atletas, promovendo efeitos positivos na autoestima e na motivação intrínseca.

Os atletas de Jiu-Jitsu, ao mergulharem nesse cenário complexo da sociedade do desempenho e da mercantilização, experimentam não apenas as cargas, mas também as

recompensas inerentes a essa jornada. A superação constante, a construção de um conjunto de habilidades físicas e mentais excepcionais e a participação em uma comunidade dedicada podem contribuir para a promoção da saúde mental.

Nesse contexto, torna-se evidente que a prática do Jiu-Jitsu oferece uma resiliência inata, desafiando os estigmas associados à sociedade do desempenho e à comercialização do esporte. A narrativa da saúde mental dos praticantes de Jiu-Jitsu transcende as adversidades para abraçar as potencialidades transformadoras que essa disciplina milenar proporciona.

Em síntese, enquanto os praticantes de Jiu-Jitsu enfrentam os desafios característicos do momento contemporâneo, também colhem os frutos de uma prática que não apenas os prepara para os rigores competitivos, mas também nutre a resiliência e fortalece os alicerces da saúde mental. A conclusão desta reflexão, assim, não apenas se encerra com um exame crítico, mas celebra o equilíbrio entre adversidades e conquistas intrínsecas a essa prática enriquecedora.

Além disso, é importante destacar que embora a pesquisa tenha permitido à efetivação de seus objetivos, houveram dificuldades identificadas ao longo de seu desenvolvimento. A necessidade de conduzir entrevistas de forma remota, utilizando o *Google Forms*, visto o tempo hábil à disposição, limitou o número de participantes e pode ter influenciado na profundidade das respostas obtidas. A realização de entrevistas presenciais poderia ter proporcionado insights mais aprofundados, sendo um aspecto a ser considerado nas conclusões deste estudo.

Portanto, concluo que a continuação deste trabalho é sugerida pela necessidade de explorar estratégias mitigadoras diante das complexas interações entre a sociedade do desempenho, a mercantilização do esporte e a saúde mental dos atletas profissionais de Jiu-Jitsu. Além de oferecer insights valiosos para o desenvolvimento de práticas e políticas de apoio, a pesquisa pode contribuir para a conscientização e promoção ativa, influenciando positivamente a implementação de medidas preventivas e de apoio. A continuidade do estudo também tem o potencial de facilitar colaborações entre acadêmicos, profissionais do esporte e outros participantes relevantes, visando abordagens holísticas para melhorar o bem-estar mental dos praticantes de Jiu-Jitsu e proporcionar bases sólidas para futuras iniciativas.

REFERÊNCIAS

- ATHAYDE, P. F. A. (2014). **O ornitorrinco de chuteiras: determinantes sociais da política de esporte do governo Lula e suas implicações**. (Tese de Doutorado). Universidade de Brasília, Departamento de Serviço Social, Brasília, Brasil.
- BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.
- BAUMAN, Z. (1999). **Globalização: as consequências humanas**. (Marcus Penchel, trad.). Rio de Janeiro: Zahar
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2011.
- BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. 3 ed. Lisboa: Edições 70, 2004.
- BUCETA, J. M. **Obras Selectas v. II**. Madrid: Dykinson, 1998.
- CECCHETTO FR. **Violência e estilos de masculinidade**. Rio de Janeiro: Editora FGV; 2004.
- Comitê de Ética em Pesquisa. Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca (ENSP/Fiocruz). **Orientações sobre ética em pesquisa em ambientes virtuais**. Versão 1.0 / Rio de Janeiro : ENSP/Fiocruz, 2020. ISBN: 978-65-89501-00-8
- DESLANDES, S.; GOMES, R.; MINAYO, M. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 25. ed. Petrópolis: Vozes, 2007.

ENGELHART, E. **Almanaque: tudo o que você quer saber sobre MMA**. Edição 2011. Rio de Janeiro: Editora Tatame, 2011.

FONTANELLA, B. J. B. et al. **Amostragem em pesquisas qualitativas: proposta de procedimentos para constatar saturação teórica**. *Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro*, v.27, n.2, p. 388-394, 2011. Disponível em: <<http://encurtador.com.br/aeX48>>. Acesso em: 21 set. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2011000200020>.

GRACIE R. **Carlos Gracie: o criador de uma dinastia**. 4ª ed. Rio de Janeiro: Record; 2012.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço** / Byung-Chul Han; tradução de Enio Paulo Giachini. - Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

JAMESON, F. (2001). **A cultura do dinheiro: ensaios sobre a globalização**. Petrópolis: Vozes.

MASCARENHAS, F. **Tempo de trabalho e tempo livre: Algumas reflexões a partir do marxismo contemporâneo**. Cicene, Belo Horizonte, v.3 , n.1, p.72-89, 2000.

MELO FILHO, Álvaro. **Nova Lei Pelé: avanços e impactos**. Rio de Janeiro: Maquinária, 2011.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 12. ed. São Paulo: Hucitec; Abrasco, 2010.

OURIQUES, N. (2014). **Megaeventos no Brasil, o desenvolvimento do subdesenvolvimento e o assalto ao Estado**. Em Capela, P., e Tavares, E. (Eds.), *Megaeventos esportivos: suas consequências, impactos e legados para a América Latina*. Florianópolis: Insular.

PRONI, M. W. (1998). **Esporte-espetáculo e futebol-empresa (Tese de Doutorado)**. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, Brasil.

SANTOS, J. et al. **Integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma pesquisa de métodos mistos**. *Texto contexto - enferm., Florianópolis*, v. 26, n. 3, 017. Disponível em: <<http://encurtador.com.br/nyDIV>>. Acesso em: 05 jun. 2023. <https://doi.org/10.1590/0104-07072017001590016>.

BATISTA, E. C. MATOS, L. A. L.. NASCIMENTO, A. B.. A entrevista como técnica de investigação na pesquisa qualitativa. *Revista Interdisciplinar Científica Aplicada, Blumenau*, v.11, n.3, p.23-38, TRI III 2017. ISSN 1980-7031.

VINUTO, J. **A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto**. *Temáticas*, v. 22, n. 44, p. 203-220, 2014.

XIMENES, Verônica Moraes et al. **Saúde Comunitária e Psicologia Comunitária e suas contribuições às metodologias participativas**. *Revista Psicologia em Pesquisa*, v. 11, n. 2, 2017.

APÊNDICE A – INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

1. O que é Jiu-Jitsu para você ?
2. Você considera a prática do Jiu-Jitsu seu trabalho?
3. O que configura trabalho para você?
4. Descreva as atividades do dia-a-dia de um atleta profissional de Jiu-Jitsu?
5. Quais os principais desafios em sua atuação?
6. Você percebe alguma relação entre esses desafios e sua saúde mental? Se sim, qual?
7. Para você, qual a importância da saúde mental para o seu trabalho?

ANEXO A – TRECHO DA PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

Fonte: Plataforma Brasil