

COMPORTAMENTO E ANSIEDADE EM ATLETAS E ESTUDANTES

Gabriel Marcelo Genaro, Gianluca Venarusso, e-mail: gianluca9999@gmail.com

RESUMO

Introdução: Atualmente, casos de doenças mentais estão cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas e em uma crescente que está ficando cada vez mais preocupante. Segundo Manual de classificação de Doenças Mentais (DMS. IV), indivíduos que apresentam distúrbios como: expectativa apreensiva ou preocupação excessiva, são diagnosticadas com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). Enquanto a ansiedade funciona como um aviso e prepara a pessoa para desafios, o TAG traz sintomas como inquietação, fadiga, irritabilidade e perda de sono. Infelizmente, o TAG não escolhe suas vítimas e pode afetar qualquer pessoa. Torna-se imprescindível compreender os fenômenos relacionados ao comportamento de atletas estudantes devido o aumento significativo de casos de ansiedade neste público que acarretam em inúmeros problemas, já que esta situação é tida como um problema de saúde pública, ficando cada vez mais presente. **Objetivo:** Descrever a ansiedade, apresentada como comportamento, analisar o comportamento dos atletas estudantes frente a esse transtorno e relatar as situações vivenciadas por esses indivíduos. Esse estudo será uma revisão bibliográfica, onde foram utilizados sites de busca, como google acadêmico. **Método:** Para o presente trabalho, estabeleceu-se a Revisão Sistemática (RS) com metodologia. Essa metodologia consistiu na investigação referente ao tema determinado, o que possibilitou definir e classificar os resultados obtidos e indicar as comprovações da pesquisa, foi utilizado Método qualitativo. Ferramentas de análises Periódicos da CAPES; USP, BVS, SciELO, Pepsic e Pubmed. Combinações de palavras-chave: Atletas AND Ansiedade; Estudantes AND Ansiedade; Atividade Física AND Ansiedade. **Resultados e discussão:** Em um estudo, foram analisados 3817 universitários que foram consultados por psiquiatras no Serviço de Atendimento e Pesquisa em Psicologia (SAPPE). A pesquisa realizada pelos autores revelou números alarmantes entre estudantes universitários que utilizam o SAPPE para atendimento psiquiátrico. Dos participantes, 37% buscaram ajuda para lidar com questões mentais, sendo que 39,1% foram diagnosticados com depressão e 33,2% apresentaram transtornos de ansiedade e fobias. Infelizmente, 4,5% já tentaram tirar a própria vida anteriormente. Já no estudo conduzido por a amostra foi composta por 19 atletas com faixa etária entre 12 e 19 anos, que competiram no Torneio Norte-Nordeste de nado sincronizado realizado no Clube Náutico Capibaribe-PE, no ano de 2009. Em relação à Ansiedade, percebeu-se que as atletas se sentem ansiosas (68,4%), agitadas (57,9%), nervosas

(57,9%), tensas (42,2%), com descontrole emocional (42,1), perturbadas (31,6%) e confusas (15,8%) antes de um campeonato. **Considerações finais:** Diante dos resultados encontrados, foi possível concluir que os jovens estão sempre vulneráveis a fatores emocionais advindos da ansiedade, sejam positivos, tais como realizações pessoais, tranquilidade ambiental e equilíbrio emocional; e/ou negativos, sejam eles preocupação, ansiedade, obstáculos e desânimo/cansaço. Neste cenário, enfatiza-se que as emoções citadas são capazes de influenciar o seu rendimento tanto no âmbito escolar como no esportivo.

PALAVRAS-CHAVE: ANSIEDADE. ESTUDANTES. ATLETAS. COMPORTAMENTO.