

Trabalho pós-carreira esportiva: fatores pessoais e contextuais de ex-atletas femininas de elite¹

Post-career work: personal and contextual factors of former female elite athletes

Trabajo de carrera postdeportiva: factores personales y contextuales de ex deportistas femeninas de élite



Maria Célia Bruno Mundim

Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, São Paulo, Brasil
celiamundim@gmail.com



Paula Teixeira Fernandes

Universidade Estadual de Campinas, Campinas, São Paulo, Brasil
paula@fef.unicamp.br

Resumo: Dada a importância da adaptação do atleta à fase pós-aposentadoria, este estudo qualitativo objetivou analisar as variáveis pessoais e contextuais associadas com a atuação profissional pós-carreira esportiva de mulheres atletas de elite. Foram feitas entrevistas pessoais e análise de conteúdo das respostas. O nível escolar, a motivação, a abertura ao novo, a criatividade e a independência de julgamento foram verificadas como fatores pessoais relacionados com a atuação profissional pós-carreira esportiva das atletas entrevistadas. Quanto aos fatores contextuais, destacaram-se os desafios atuais e o apoio social. Conclui-se que há importância na convergência das variáveis pessoais e contextuais para compreender a prática profissional pós-carreira de ex-atletas femininas de elite.

Palavras-chave: Aposentadoria atlética. Pós-carreira Atlética. Mulher. Psicologia do Esporte.

¹ O presente trabalho recebeu apoio financeiro da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) para sua realização.

Abstract: The athlete's adaptation to the post-retirement phase is important. Thus, this qualitative study aimed to analyze the personal and contextual variables associated with the post-career professional performance of elite female athletes. A personal interview and content analysis of the responses were made. School level, motivation, openness to the new, creativity and independence of judgment were verified as personal factors related to the athletes' post-career professional performance. As for contextual factors, the current challenges and social support were highlighted. It concludes about the importance of the convergence of personal and contextual variables to understand the post-career professional practice of excellent female ex-elite athletes.

Keywords: Athletic Retirement, Post-athletic Career, Woman, Sport Psychology.

Resumen: Dada la importancia de la adaptación del deportista a la fase post jubilación, fueron analizados en este estudio cualitativo las variables personales y contextuales asociadas al desempeño profesional post-carrera deportiva de atletas femeninas de élite. Se realizó una entrevista personal y un análisis de contenido de las respuestas. Los factores personales nivel escolar, motivación, apertura a lo nuevo, creatividad y independencia de juicio fueron relacionados con el desempeño profesional post-carrera de las deportistas. Los factores contextuales, se destacaron los desafíos actuales y el apoyo social. Concluye sobre la importancia de la convergencia de variables personales y contextuales para comprender la práctica profesional posterior a la carrera de ex deportistas de élite femeninas.

Palabras clave: Retirada Deportiva, Carrera Post-deportiva, Mujer, Psicología del Deporte.

Submetido em: 2022-01-31

Aceito em: 2022-05-10

Introdução

Nas últimas décadas, há aumento considerável no interesse de pesquisadores em diferentes países pela transição da aposentadoria esportiva (STAMBULOVA; RYBA; HENRIKSEN, 2021). Como foco dos estudos, destacamos a compreensão das causas do término da carreira atlética, das variáveis intervenientes e das estratégias de enfrentamento utilizadas durante esse período (FILBAY, 2019; SUBIJANA *et al.*, 2020).

As razões para o encerramento da carreira esportiva são diversas, especialmente devido à sua complexidade e ao seu caráter multifatorial, entre as quais encontram-se: a) no nível atlético, o teste de doping positivo e a desclassificação; b) no nível psicológico, a perda de motivação; c) no nível psicossocial, fatores familiares e ambientais desportivos; d) no nível físico, o aumento da idade, lesões ou outros problemas de saúde; e) no nível acadêmico, motivos de estudo ou trabalho; f) no nível financeiro, falta de recursos (FILHO; BASEVITCH, 2021).

Sobre a motivação, Serrano *et al.* (2016) ressaltam as necessidades psicológicas básicas e o tipo de motivação como reguladores da satisfação e do engajamento dos atletas na prática esportiva. Para esses autores, as necessidades psicológicas básicas referem-se à autonomia, competência e relações interpessoais positivas. Quanto ao tipo de motivação, tanto a intrínseca como a extrínseca se fazem presentes. Assim, é preciso conhecer as motivações que podem condicionar o exercício profissional, como a aposentadoria do atleta (FRANCISCO *et al.*, 2020).

Ainda quanto ao fator motivacional, Vilanova e Puig (2013; 2016) verificaram que, quando possui consciência do futuro, o atleta de alto rendimento tende a adotar meios que o favorecem a ingressar em uma segunda carreira. Tais meios incluem a busca

por uma formação acadêmica, a economia de dinheiro e a entrada em um novo emprego antes de encerrar a carreira esportiva.

Entretanto, o ambiente de apoio ao atleta – por meio de profissionais e familiares – é crucial para que ele consiga lidar com o estresse e a angústia próprios da aposentadoria, encorajando-o a encontrar outros interesses fora do esporte (MARTIN; FOGARTY; ALBION, 2014). Por meio do aconselhamento e planejamento de carreira, por exemplo, os profissionais da área podem fornecer suporte informativo e emocional ao atleta (STAMBULOVA; STEPHAN; JÄRPHAG, 2007).

Nesse sentido, a dupla carreira – conciliação da carreira esportiva com a educação formal/trabalho – acaba sendo a forma alternativa para lidar com a questão profissional e financeira de atletas (MEJÍAS *et al.*, 2021; STAMBULOVA; WYLLEMAN, 2019; STORM *et al.*, 2021). Além disso, ex-atletas de elite com maior escolaridade na aposentadoria perceberam ter competências mais elevadas para a vida individual e social (SUBIJANA *et al.*, 2022).

Para as mulheres, no entanto, a dupla carreira pode causar mais exaustão física e mental, tornando maiores as chances de abandono esportivo para se dedicarem à carreira acadêmica (MARTINS *et al.*, 2021). Conforme os autores, isso acontece pelas diferenças nas oportunidades entre os sexos no meio atlético, que predispõem as mulheres a privilegiar mais os estudos do que o esporte. Apesar disso, algumas pesquisas da área revelam que bolsas de estudo esportivas colaboram com a inserção e permanência de atletas femininas na atividade acadêmica, possibilitando o empenho em ambas as carreiras (MAQUIAVELI *et al.*, 2021).

Na revisão de estudos sobre a aposentadoria esportiva, Jordana *et al.* (2017) concluíram que o planejamento do afastamento da carreira atlética, a concepção da transição como processo, a percepção da identidade multidimensional (ou seja, da possibilidade de pertencer a diferentes grupos sociais) e o suporte social são fatores que tendem a facilitar a transição em direção a uma carreira profissional alternativa. Knights, Sherry e Ruddock-Hudson (2016) também nota-

ram que, além do planejamento da aposentadoria, o modo coerente como a carreira é percebida e finalizada tem contribuído para o término de transição de carreira bem-sucedido entre atletas de elite.

Moesch, Mayer e Elbe (2012) constataram que mulheres atletas que chegaram ao topo da carreira optaram pelo seu encerramento por preocuparem-se com o casamento e a criação de filhos. Em contrapartida, aquelas que durante as transições da maternidade mantiveram a prática esportiva necessitaram de uma rede de apoio social e utilizaram estratégias do próprio esporte como forma de enfrentamento para conciliar a vida atlética com a maternidade (DARROCH; HILLSBURG, 2017; SKALLEBERG; JONSSON, 2020).

A maternidade, somada aos estereótipos de gênero e às discriminações institucionais, também faz com que as mulheres, com o término da carreira atlética, encontrem maiores obstáculos e desafios para ocupar funções de comando na área do esporte quando comparadas aos ex-atletas homens (SISJORD; FASTING; SAND, 2021). Desse modo, elas ainda são minoria em cargos de liderança esportiva, mesmo após obterem significativa experiência como atletas (BURTON, 2015; BURTON; NEWTON, 2021).

Ao investigar a experiência de atletas olímpicos aposentados de diversas modalidades, Silver (2021) constatou que a aposentadoria atlética é percebida como desafio e grande mudança em seu propósito de vida. Os atletas também relacionaram a percepção do próprio envelhecimento com a readaptação de suas identidades pessoais. Essa readaptação os fez responder a objetivos sociais mais amplos em oposição aos objetivos pessoais, bem como os levaram a aumentar ou eliminar hábitos de exercícios físicos.

Acerca das motivações para um estilo de vida fisicamente ativo, Torregrossa *et al.* (2019) verificaram que ex-atletas de elite relataram alegria, revitalização e saúde positiva como benefícios da manutenção da atividade física. Young (2011), por sua vez, notou que aqueles que são solteiros se envolvem mais entusiasmamente e de maneira mais duradoura no esporte, pois tendem a participar de competições na categoria master com intuito de maior sociabilidade.

No que se refere aos recursos mentais, Lenton (2016) menciona a necessidade do atleta desenvolver habilidades psicológicas de enfrentamento que o ajudem a lidar com o estresse típico da fase da aposentadoria, tal como a criatividade tática aplicada nos esportes (MEMMERT, 2015). Nesse sentido, nosso estudo colabora com o avanço da temática ao possibilitar maior compreensão das habilidades mentais, além dos fatores contextuais que viabilizam a atuação de ex-atletas no mercado de trabalho.

Embora vários dos aspectos mencionados (pessoais e contextuais) influam na aposentadoria do atleta, é a interação entre eles que determina se a sua condução será satisfatória ou não (CHOI; KIM, 2021). Portanto, é preciso que o esportista esteja preparado para enfrentar os desafios futuros desconhecidos (MELO; CIRINO; RABELO, 2021).

Tendo em vista o exposto, a finalidade deste estudo qualitativo é o de analisar as variáveis pessoais e contextuais associadas com a atuação profissional pós-carreira esportiva de mulheres atletas de elite. Sobretudo, serão consideradas as motivações, as características psicológicas, a preparação prévia e as condições ambientais das ex-atletas.

Métodos

Participantes

Participaram deste estudo três atletas, sendo uma do atletismo e duas do vôlei. Uma das esportistas do vôlei e a do atletismo atuaram, cada uma, nos Jogos Pan-americanos e em três Olimpíadas. Uma delas recebeu medalha em uma das Olimpíadas e a outra, nos Jogos Pan-americanos. A outra atleta do vôlei foi tricampeã sul-americana na categoria juvenil, campeã sul-americana na categoria adulta e pentacampeã brasileira na categoria adulta. A idade média delas era de 61,33 anos e o desvio-padrão de 4,62.

A amostra foi escolhida utilizando-se os seguintes critérios de inclusão: 1) ter sido atleta adulta de alguma modalidade da sele-

ção brasileira; e 2) ter recebido alguma medalha em Olimpíadas ou em Jogos Pan-americanos.

Instrumento

Devido ao caráter qualitativo do estudo, foi utilizado o roteiro de entrevista semiestruturado criado por Wechsler *et al.* (2013), baseado na literatura sobre a mulher considerada com excelência criativa profissional. Tal roteiro fez parte do estudo de Doutorado da primeira autora (MUNDIM, 2015). O instrumento é constituído por quinze perguntas semiabertas referentes a aspectos biográficos, psíquicos, ambientais e de carreira. Entretanto, para este estudo, foram consideradas somente as questões de ordem pessoal e contextual relacionadas com a pós-carreira das atletas. Tendo em vista o objetivo da pesquisa, também foram verificados aspectos socio-demográficos, tais como grau de escolaridade da participante, idade de término do curso, estado civil, quantidade de dependentes que moram na mesma residência, profissão do cônjuge, ocupação atual da atleta no mercado de trabalho e atividades não remuneradas.

Procedimentos

Com a aprovação do estudo pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Pontifícia Universidade Católica de Campinas, foi realizada busca em mídia digital para aquisição de informações das possíveis participantes, atendendo aos critérios de inclusão já mencionados. Após identificadas, três atletas de voleibol, três do handebol e uma do atletismo foram contatadas, via celular ou correio eletrônico, para que fossem apresentadas ao objetivo do estudo e convidadas a participar dele.

Depois de assinarem o termo de consentimento livre e esclarecido, as entrevistas com as atletas que aceitaram participar da pesquisa ocorreram pessoalmente, na residência de cada uma delas, sendo registradas por gravador de voz. Posteriormente, realizou-se a transcrição das entrevistas.

Os dados das entrevistas foram categorizados com a análise de conteúdo de Bardin (2011), ou seja, por meio da frequência de aparecimento de itens. Após, as categorias foram organizadas em categorias mais amplas. Desse modo, as respostas foram dispostas em subcategorias e categorias correspondentes.

Resultados

Os dados sociodemográficos das três esportistas são descritos a seguir na Tabela 1.

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica das participantes

Variável	Atletas		
	Olímpica do atletismo	Olímpica do vôlei	Pan-americana do vôlei
Estado civil	separada	união estável	viúva
Grau de escolaridade	graduação em Educação Física	ensino médio completo	graduação em Educação Física
Idade de término do curso	28 anos	16 anos	36 anos
Ocupação remunerada atual (além do salário da aposentadoria)	consultora esportiva	comerciante/ eventualmente é comentarista esportiva em programa de TV	-----
Atividade atual não remunerada	palestrante	-----	diretora de vôlei em clube
Número de dependentes que moram na mesma residência	um	um	-----
Profissão do cônjuge	-----	administrador de empresas	-----

Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Quanto aos resultados da análise de conteúdo das respostas das entrevistadas, encontram-se os fatores pessoais na Tabela 2 e os fatores contextuais na Tabela 3.

Tabela 2 – Fatores pessoais das participantes pós-carreira esportiva

Fator	Atletas		
	Olímpica do atletismo	Olímpica do vôlei	Pan-americana do vôlei
Características psicológicas	liderança, intuição, persuasão, abertura ao novo, independência de julgamento social e criatividade	determinação, perfeccionismo, inteligência emocional, abertura ao novo, independência de julgamento social e criatividade	liderança, perfeccionismo, intuição, autoconfiança, abertura ao novo, independência de julgamento social e criatividade
Motivações	desenvolver atletas	melhorar a si mesma	desenvolver atletas

Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Tabela 3 – Fatores contextuais das participantes pós-carreira esportiva

Fator	Atletas		
	Olímpica do atletismo	Olímpica do vôlei	Pan-americana do vôlei
Desafio atual	deixar legado na área por meio de uma associação cultural e esportiva que administra	administrar a vida familiar com o cônjuge	coordenar cinco categorias de base de vôlei em clube e participar de Olimpíada na categoria master
Prática de atividade física	atleta master atletismo	tecido acrobático	atleta master vôlei

Administração da vida pessoal com a profissional	com ajuda dos pais	com ajuda de empregados	empregada
--	--------------------	-------------------------	-----------

Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Para ilustrar a análise de conteúdo elencamos, a seguir, exemplos de respostas correspondentes às categorias do fator pessoal – características psicológicas e motivações. Logo após, enfatizamos algumas frases que ilustram as categorias do fator contextual – desafio atual, prática de atividade física e administração da vida pessoal com a profissional².

Um exemplo da característica psicológica *liderança* pode ser percebido na fala da atleta olímpica do atletismo: “Eu sou presidente de uma associação cultural e esportiva. Eu que vou conversar, negociar. Tomo a frente!” (Atleta 1, entrevista realizada em 2013).

Para a característica psicológica *determinação*, incluímos como exemplo a seguinte declaração da atleta olímpica do vôlei: “Sempre fui movida por objetivos, em cima de metas. As pessoas me perguntam: ‘Você não joga mais nenhuma bolinha?’ Eu digo: ‘Não! Não [me] sinto motivada! Não tem meta!’” (Atleta 2, entrevista realizada em 2013).

A característica psicológica *autoconfiança* foi assim expressa pela atleta pan-americana do vôlei: “As minhas ideias são [pausa breve] Tenho a sensação de que quando elas forem colocadas na prática, vai dar tudo certo!” (Atleta 3, entrevista realizada em 2013).

Referente à característica psicológica *abertura ao novo*, incluímos a seguinte frase da atleta olímpica do atletismo: “Gosto muito de topar desafios” (Atleta 1).

Quanto à característica psicológica *inteligência emocional*, apenas a atleta olímpica do vôlei demonstrou possuí-la: “Você tem que se expor o tempo inteiro! Entendeu?! Não é qualquer pessoa que consegue isso! Tem que ser uma pessoa emocionalmente e socialmente diferenciada!” (Atleta 2).

² São informações verbais todas as citações das atletas entrevistadas para esta pesquisa.

A característica psicológica *intuição* pode ser exemplificada por meio da atleta pan-americana do vôlei. Conforme ela relatou, “dependendo do momento e da situação, uso a intuição” (Atleta 3).

A atleta olímpica do atletismo foi a única que manifestou a característica psicológica *persuasão*: “Sempre, sem dúvida, eu tento convencer [os jovens a praticar esporte]. Então eu procuro [*pausa breve*] Olha! Você pode! Você só tem que buscar isso!” (Atleta 1).

Um exemplo de característica psicológica *perfeccionismo* pode ser notado na atleta olímpica do vôlei: “Eu acredito no desenvolvimento pelo trabalho. Entendeu?! Todo dia você buscar alguma coisa a mais. Você vai sempre melhorando! E depois que eu parei de jogar, enfim, entrei no comércio. Também comecei dando cabeçada, errando muito e você vai aprendendo. Não tem outro jeito!” (Atleta 2).

Já uma fala da atleta pan-americana do vôlei ilustrou a característica psicológica *independência de julgamento social*: “Sempre foi uma coisa natural pra mim [não demonstrar feminilidade]. Sempre foi!” (Atleta 3).

No que se refere à característica psicológica *criatividade*, selecionamos a fala da atleta olímpica do atletismo: “Bom! Eu sempre procuro ser original [*pausa breve*] E aí vou trabalhando de forma que, conforme vão aparecendo os problemas, eu tento ir solucionando da melhor forma possível!” (Atleta 1).

Quanto às motivações, optamos por exemplificar o desenvolvimento de atletas expresso pela atleta pan-americana do vôlei: “Uso a minha experiência, o meu *knowhow* e a vontade [para] que as pessoas tenham um pouquinho da felicidade que eu tive [no esporte]!” (Atleta 3).

Para o fator contextual *desafio atual* incluímos o exemplo da atleta olímpica do vôlei, que disse: “As coisas de casa a gente tem que resolver junto, não tem [*pausa breve*] Eu não consigo entender as coisas com individualismo” (Atleta 2).

O fator contextual *prática de atividade física* é ilustrado com a atleta pan-americana do vôlei. Ela relatou que está envolvida com

o esporte na categoria master: “Hoje sou atleta master, participo de campeonatos como master” (Atleta 3).

Por fim, para ilustrar o fator contextual *administração da vida pessoal com a profissional*, incluímos a fala da atleta olímpica do atletismo: “Agora eu conto com o apoio da família. Sem dúvida! Graças a Deus, eu posso contar com isso [apoio dos pais] até hoje!” (Atleta 1).

Discussão

Este estudo objetivou avaliar os fatores pessoais e contextuais associados com a atuação profissional pós-carreira esportiva de mulheres atletas de elite. Para tanto, tomou-se os dados de três ex-atletas eminentes, duas do vôlei e uma do atletismo, por meio de entrevista pessoal. Questões de ordem pessoal e contextual relacionadas com a pós-carreira das atletas foram feitas durante a entrevista, como por exemplo: a) Atualmente qual tarefa ou desafio lhe é importante? b) Como administra a vida profissional e pessoal?

Por meio dos dados sociodemográficos observou-se que apenas a ex-atleta olímpica do vôlei não tinha formação superior, era a única com união estável e proprietária de comércio varejista, atuando esporadicamente como comentarista esportiva na TV. As outras ex-atletas haviam cursado Educação Física e atuavam em atividades voluntárias esportivas nas modalidades respectivas, vôlei (diretora das categorias de base em clube) e atletismo (palestrante). Além disso, a ex-atleta olímpica do atletismo, que possuía um dependente, realizava trabalho remunerado em sua área esportiva como consultora. De acordo com Vilanova e Puig (2013, 2016), ao ter consciência do futuro, o atleta de elite prepara-se previamente: decide cursar uma faculdade, por exemplo. Também em estudo com ex-atletas de elite com maior escolaridade na aposentadoria, Subijana *et al.* (2022) averiguaram que eles se perceberam com habilidades mais elevadas para a vida individual quanto social. Sentem maior autoconfiança, autoaceitação e avaliam-se portadores de uma visão mais positiva diante da vida.

Na categoria das características psicológicas, as três atletas apresentaram em comum a *abertura ao novo*, a *criatividade* e a *independência de julgamento*. Isso indica a possibilidade do uso de habilidades psicológicas para o enfrentamento e a sobrevivência na fase da aposentadoria, já dito por Lenton (2016), tal como a criatividade tática utilizada nas atividades esportivas (MEMMERT, 2015). Ao mostrar disponibilidade para novas experiências e despreocupação com a opinião das pessoas ao seu redor, o atleta também pode otimizar a sua inserção e empregabilidade no mercado.

Quanto às motivações pessoais, a esportista olímpica do atletismo e a pan-americana do vôlei relataram o *desenvolvimento de atletas*, enquanto a olímpica do vôlei disse desejar *melhorar a si mesma*. Nota-se a motivação intrínseca nesta última e motivação extrínseca naquelas, com vistas às próprias satisfações (SERRANO *et al.*, 2016). As motivações pessoais apresentadas pelas atletas também se associavam com o enfrentamento aos desafios aos quais elas estavam envolvidas no momento em que foram entrevistadas. A atleta que demonstrou desejo de melhorar-se estava buscando administrar a vida familiar com o cônjuge. As outras duas eram ativas na então nova fase da carreira: uma coordenava cinco categorias de base de vôlei em um clube e a outra administrava uma associação esportiva, onde queria deixar legado para o atletismo. Esses dados corroboram, em parte, a investigação de Silver (2021), que aponta a aposentadoria atlética como desafio e mudança no propósito de vida de ex-atletas olímpicos de diferentes modalidades. Segundo a pesquisadora, ao readaptarem suas identidades pessoais, os atletas aposentados passam a responder a objetivos sociais mais amplos.

Ademais, as duas entrevistadas que ainda atuavam nas respectivas modalidades ocupavam cargos de liderança, o que não é comum ao atleta do gênero feminino na sociedade até o momento (BURTON, 2015; BURTON; NEWTON, 2021). As mulheres continuam a enfrentar maiores barreiras e desafios para ocupar funções de comando na área esportiva quando comparadas aos homens (SISJORD; FASTING; SAND, 2021), assim como ocorre em

outros setores de trabalho. Isso se deve à desvalorização da competência das mulheres enquanto líderes, aos estereótipos de gênero por elas confrontados e ao “teto de vidro” criado pelas instituições para dificultar a ascensão da mulher no local de trabalho.

No que se refere à prática de atividade física, a atleta com união estável praticava tecido acrobático, enquanto as que não tinham companheiros (uma era viúva e a outra, separada) participavam de competições internacionais na categoria master. Ex-atletas de elite podem usufruir de benefícios decorrentes da atividade física (TORREGROSSA *et al.*, 2019). Os dados das esportistas sem cônjuges também vêm ao encontro do que Young (2011) menciona sobre ex-atletas solteiros após aposentadoria. Segundo ele, esses atletas tendem a envolver-se mais entusiasticamente e de modo mais duradouro em disputas esportivas na categoria master, afetando o seu bem-estar mental.

Com relação ao modo como as participantes administravam a vida pessoal com a profissional, verificou-se a conciliação de ambas, com ajuda de empregados pelas duas ex-atletas do vôlei e com auxílio dos pais pela ex-atleta do atletismo. As mulheres atletas ainda necessitam de rede de apoio social, principalmente para dar conta da maternidade, como referem Darroch e Hillsburg (2017) e Skalleberg e Jonsson (2020), pois são responsabilizadas socialmente pelos cuidados de filhos e pelas tarefas domésticas.

Embora seja um estudo exploratório e qualitativo, no qual há uma quantidade reduzida de participantes, este artigo contribui para o maior conhecimento da relação entre as variáveis pessoais e contextuais com a ocupação do atleta após sua aposentadoria esportiva. Contudo, é preciso uma amostra maior em futuras pesquisas com o objetivo de entender os vários fatores existentes e inerentes a essa fase tão desafiadora ao atleta. Outra limitação para o estudo foi decorrente do tipo de entrevista utilizado, a semiestruturada, que fez parte do doutorado da primeira autora, na qual não havia questões sobre a renda mensal do atleta, dentre outras.

Conclusão

Concluimos que há elementos relevantes na convergência entre variáveis pessoais e contextuais para a compreensão da prática profissional pós-carreira das entrevistadas em nossa pesquisa. Para continuar a atuar de maneira eventual ou sistemática na área esportiva, elas demonstraram predomínio de características pessoais e motivações relacionadas às próprias habilidades esportivas. A preparação prévia, ou seja, o nível escolar universitário, colaborou para o seguimento nas modalidades correspondentes para duas das esportistas. Quanto aos fatores contextuais, destacaram-se os desafios atuais e o suporte social.

Diante dos dados encontrados no estudo, dos desafios e das conquistas do processo, fica evidente o quanto é importante o planejamento da carreira esportiva que contemple a aposentadoria do atleta. Aqui se destaca a atuação essencial da Psicologia do Esporte, de maneira interdisciplinar com as outras áreas relacionadas ao contexto esportivo, para orientar e acompanhar o atleta, promovendo e potencializando seu final de vida esportiva, para que seja mais feliz e mais produtiva.

Referências

- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2011.
- BURTON, L. J. Underrepresentation of women in sport leadership: A review of research. **Sport management review**, Amsterdam, Netherlands, v. 18, n. 2, p. 155-165, 2015.
- BURTON, L.; NEWTON, A. Organisation-Level Practices to Support Women in Coaching. *In*: NORMAN, L. (ed.). **Improving Gender Equity in Sports Coaching**. New York: Routledge, 2021. p. 138-155.
- CHOI, J.; KIM, H. Sustainable Careers of Athletes: Themes and Concepts Regarding Transition Theories Involving Athletes. **Sustainability**, Basel, v. 13, n. 9, p. 4824-4836, 2021.

DARROCH, F.; HILLSBURG, H. Keeping pace: Mother versus athlete identity among elite long distance runners. **Women's Studies International Forum**, Amsterdam, Netherlands, v. 62, p. 61-68, 2017..

FILBAY, S. *et al.* Quality of life and life satisfaction in former athletes: a systematic review and meta-analysis. **Sports Medicine**, Berlin, v. 49, n. 11, p. 1723-1738, 2019.

FILHO, E.; BASEVITCH, I. Career Transitions and Change. **Sport, Exercise and Performance Psychology: Research Directions To Advance the Field**. New York: Oxford University Press, 2021. Disponível em: <https://bit.ly/3CpNP9H>. Acesso em: 26 abr. 2022.

FRANCISCO, C. *et al.* Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 17, n. 14, p. 4941-4954, 2020.

JORDANA, A. *et al.* Retirada del deporte de élite: Una revisión sistemática de estudios cualitativos. **Revista de psicología del deporte**, Palma, vol. 26, supl. 4, p. 68-74, 2017.

KNIGHTS, S.; SHERRY, E.; RUDDOCK-HUDSON, M. Investigating elite end-of-athletic-career transition: a systematic review. **Journal of Applied Sport Psychology**, Indianapolis, v. 28, n. 3, p. 291-308, 2016.

LENTON, A. **Retired athletes: when the spotlight dims**. 2016. Thesis. (Master of Sport and Exercise) – Massey University, Albany, New Zealand, 2016. Disponível em: <https://mro.massey.ac.nz/handle/10179/11098>. Acesso em: 15 jun. 2021.

MAQUIAVELI, G. *et al.* O desafio da dupla carreira: análise sobre os degraus acadêmicos de atletas de elite do futsal feminino brasileiro. **The Journal of the Latin American Socio-cultural Studies of Sport (ALESDE)**, Urbana, v. 13, n. 1, p. 54-80, 2021.

MARTIN, L. A.; FOGARTY, G. J.; ALBION, M. J. Changes in athletic identity and life satisfaction of elite athletes as a function of retirement status. **Journal of applied sport psychology**, Indianapolis, Indiana, v. 26, n. 1, p. 96-110, 2014.

MARTINS, M. Z. *et al.* As mulheres e a dupla carreira: linhas tênues entre a conciliação e o abandono esportivo. **The Journal of the Latin American Socio-cultural Studies of Sport (ALESDE)**, Urbana, v. 13, n. 1, p. 110-132, 2021.

MEJÍAS, J. T. *et al.* Taxonomía de Entornos Desarrolladores de Carrera Dual en España. **Cultura, Ciencia y Deporte**, Murcia, v. 16, n. 47, p. 19-29, 2021.

MELO, G. F.; CIRINO, G.; RABELO, I. S. Tempo de ressignificar a vida: Transição de carreira de mulheres atletas. *In*: RUBIO, K. (org.). **Mulheres e esporte no Brasil: Muitos papéis, uma única luta**. São Paulo: Laços, 2021. p. 29-50.

MEMMERT D. **Teaching tactical creativity in team and racket sports: research and practice**. Abingdon, UK: Routledge, 2015.

MOESCH, K.; MAYER, C.; ELBE, A. Reasons for Career Termination in Danish Elite Athletes: Investigating Gender Differences and the Time-point as Potential Correlates. **Sport Science Review**, Bucharest, v. 21, n. 5, p. 49-68, 2012.

MUNDIM, M. C. B. **Excelência criativa de mulheres brasileiras e portuguesas**. 2015. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, SP, 2015.

SERRANO, J. S. *et al.* Importancia del apoyo a las necesidades psicológicas básicas en la predisposición hacia diferentes contenidos en Educación Física. **Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación**, Valladolid, España, n. 29, p. 3-8, 2016.

SILVER, M. P. Adaptation to Athletic Retirement and Perceptions About Aging: A Qualitative Study of Retired Olympic Athletes. **Journal of Aging and Physical Activity**, Champaign, v. 29, n. 5, p. 828-842, 2021.

SISJORD, M. K.; FASTING, K.; SAND, T. S. Gendered pathways to elite coaching reflecting the accumulation of capitals. **Sport, Education and Society**, Abingdon, UK, v. 26, n. 5, p. 554-566, 2021.

SKALLEBERG, J. M.; JONSSON, A. **Motherhood transitions in sport: From pregnancy to post-partum**. 2020. Bachelor Thesis (Bachelor in Sport and Exercise Psychology) – Halmstad University, Halmstad, Sweden, 2020. Disponível em: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1426093/FULLTEXT02>. Acesso em: 15 jun. 2021.

STAMBULOVA, N. B.; RYBA, T. V.; HENRIKSEN, K. Career development and transitions of athletes: The international society of sport psychology position stand revisited. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, Abingdon, UK, v. 19, n. 4, p. 524-550, 2021.

STAMBULOVA, N. B.; WYLLEMAN, P. Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse. **Psychology of Sport and Exercise**, Amsterdam, Netherlands, v. 42, p. 74-88, 2019.

STAMBULOVA, N.; STEPHAN, Y.; JÄPHAG, U. Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, Amsterdam, Netherlands, v. 8, n. 1, p. 101-118, 2007.

STORM, L. *et al.* Ten essential features of European dual career development environments: A multiple case study. **Psychology of Sport and Exercise**, Amsterdam, Netherlands, v. 54, p. 101918, 2021.

SUBIJANA, C. L. *et al.* Analysis of the Athletic Career and Retirement Depending on the Type of Sport: A Comparison between Individual and Team Sports. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 17, n. 24, p. 9265, 2020.

SUBIJANA, C. L. *et al.* Life skills from sport: the former elite athlete's perception. **Sport in Society**, London, UK, v. 25, n. 5, p. 1051-1064, 2022.

TORREGROSSA, M. *et al.* La actividad física y el deporte saludable en exdeportistas de élite. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, Murcia, v. 19, n. 2, p. 12-27, 2019.

VILANOVA, A.; PUIG, N. Compaginar la carrera deportiva con la carrera académica para la futura inserción laboral: ¿Una cuestión de estrategia? **Revista de psicología del deporte**, Palma, v. 22, n. 1, p. 61-68, 2013.

VILANOVA, A.; PUIG, N. Personal strategies for managing a second career: The experiences of Spanish Olympians. **International Review for the Sociology of Sport**, New York, v. 51, n. 5, p. 529-546, 2016.

WECHSLER, S. M. *et al.* **Caracterização da mulher criativa**: guia de entrevista. Campinas, SP, 2013. (Não publicado).

YOUNG, B. W. Psycho-social perspectives on the motivation and commitment of Masters athletes. *In*: HOLT, N.; TALBOT, M. (ed.). **Lifelong engagement in sport and physical activity**. London, England: Routledge, 2011. p. 125-138. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Bradley-Young-3/publication/236136320_Young_BW_2011_Psycho-social_perspectives_on_the_motivation_and_commitment_of_Masters_athlete. Acesso em: 20 jun. 2021.

Publisher

Universidade Federal de Goiás. Faculdade de Educação Física e Dança. Publicação no Portal de Periódicos UFG. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.